

# Uczyć lepiej



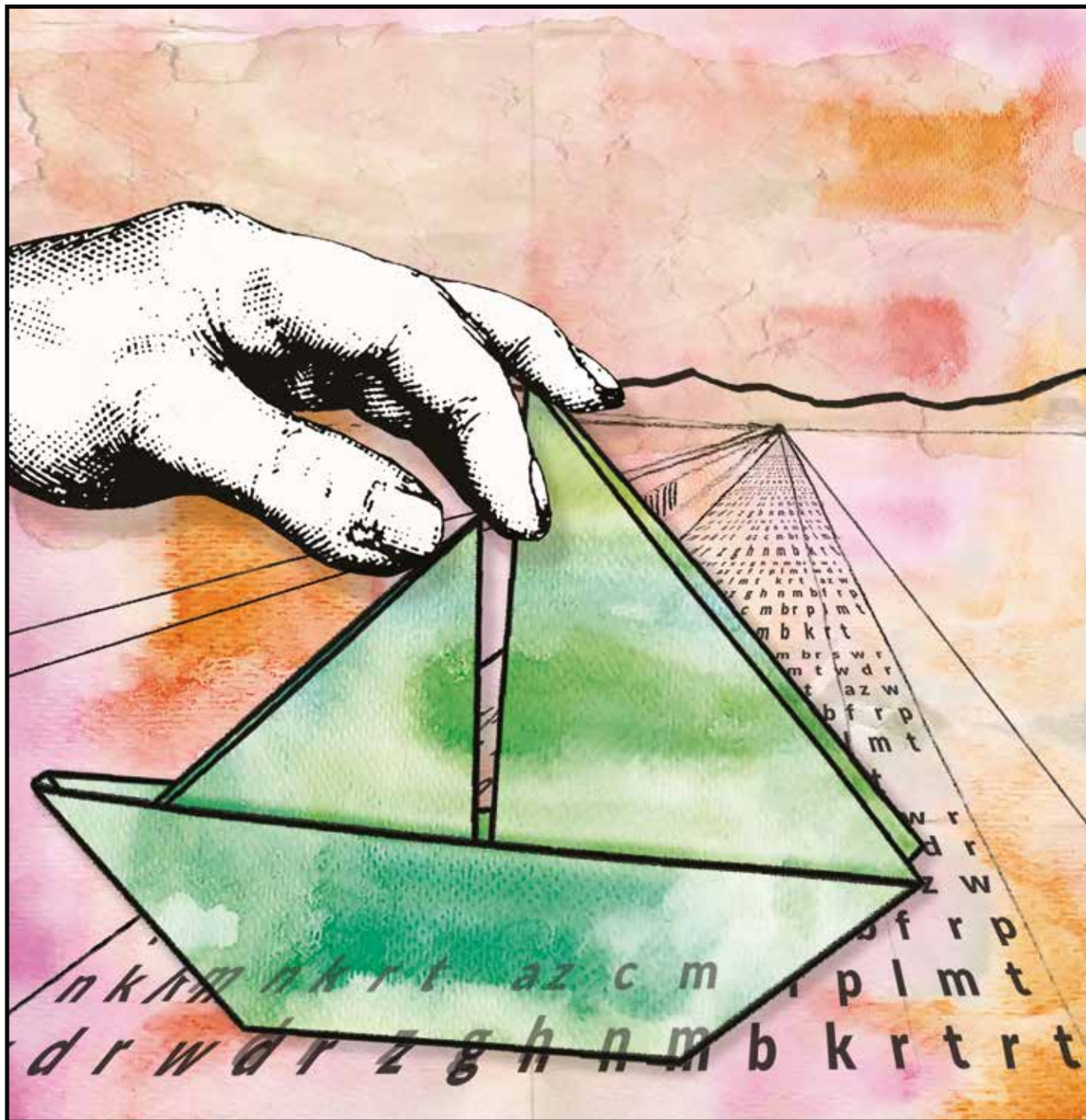
**ODN**

Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli  
w Poznaniu

ISSN 1641-5825

Czasopismo oświatowe

Nr 4-2020/2021



Ilustracja: Sylwia Pragłowska

## ■ W numerze:

Jak uczyć o migracji  
Zadnej przemocy!  
Pułapki perfekcjonizmu  
Bieg ku czci



# Zapraszamy na nasze wiosenne webinaria!

Spotkamy się na szkoleniach on-line.

**proponujemy:**

■ **Awans zawodowy**

Podsumowanie stażu w procedurze awansu zawodowego nauczyciela stażysty (WEB34), kontraktowego (WEB35), mianowanego (WEB36)

■ **Edukacja wczesnoszkolna i przedszkolna**

Wyciszanki – skuteczne metody pracy z młodszym i dziećmi. Bajki terapeutyczne, muzykoterapia, zabawy mindfulness w praktyce szkolnej (WEB63)

■ **Edukacja humanistyczna**

Film krótkometrażowy w edukacji polonistycznej i kulturowej (WEB21)

■ **Edukacja matematyczna**

Metody aktywizujące na lekcji matematyki (WR19)

■ **I wiele innych tematów.**

**Targi Edukacyjne „Uwaga! Edukacja”.**

**Spotkamy się w sieci 7-8 maja 2021**

**Dołącz do nas! Serdecznie zapraszamy!**



**Już dzisiaj zaplanuj sobie kolejne szkolenia w naszym Ośrodku!**  
[www.odnpoznan.pl](http://www.odnpoznan.pl)



## Szanowni Państwo

Szanowni Państwo

Równo rok temu, gdy osiągnęła nas rozlewająca się po świecie pandemia, zaznaczaliśmy, że bieżący numer powstawał w zupełnie innej rzeczywistości niż ta, z którą przyszło nam się wówczas zmagać. Dzisiaj mamy poczucie, że wirtualna rzeczywistość w edukacji stała się normą. Z perspektywy czasu widzimy jednak, jak przesuwają się punkty ciężkości naszych problemów. Wyzwania związane z technologią cyfrową ustąpiły miejsca innym troskom, które staraliśmy się też uchwycić w hasle naszej Wiosennej Konferencji Oświatowej: *Utrzymać relacje, zadbać o emocje, wspierać wychowanie*. Aktualny numer również rzuca światło na te wątki.

Dzisiaj jesteśmy bardziej świadomi, że do efektywności potrzebujemy balansu między pracą a regeneracją sił. O czterech filarach zdrowia, na których stoi konstrukcja naszego psychofizycznego organizmu, mówi w wywiadzie dr Matylda Pachowicz, przestrzegając przed pułapką perfekcjonizmu (*Trzeba odpuszczać, luzować*). Do aktywności fizycznej w połączeniu z wychowaniem patriotycznym namawia nas prof. Piotr Gołdyn, sam będąc amatorem „biegów wirtualnych” (*Bieg ku czci*). Na szlachetne zdrowie i kondycję psychofizyczną zwraca również uwagę dr Adam Cietwiernia, przypominając o nierozzerwalnym związku aktywności fizycznej z poprawą funkcji poznawczych (*Wychowanie fizyczne, nie fikołki*).

W kontekście dbania o relacje nasi Autorzy pokazują konieczności uwzględniania punktu widzenia partnerów dialogu społecznego. Magdalena Gajtkowska zapytała rodziców, jak postrzegają nauczycieli swoich dzieci, jakie umiejętności pedagogiczne w nich cenią, jakie skojarzenia wywołuje hasło nauczyciel-wychowawca (*Nauczyciel i jego zasoby*). Paulina Wesołowska zachęca do empatycznego spojrzenia na dojrzewających nastolatków w rekomendacji książki Burnetta *Dlaczego rodzice tak cię wkurzają i co z tym zrobić*.

Choć migracje wstrzymane zostały przez wszechwładną pandemię, to pracy nad integracją wielokulturową nic nie jest w stanie unieważnić. Polecamy zatem dział Inspiracje i Dobre praktyki w tym zakresie. W kwietniu odchodzimy Światowy Dzień Sprzeciwu wobec Bicia Dzieci. Tytuł artykułu *Żadnej przemocy!*, zapożyczony z wystąpienia Astrid Lindgren, spaja dbałość o relacje, emocje i wychowanie.

Zapraszam do lektury!

*Ewa Superczyńska*

# SPIS TREŚCI

## Uczyć lepiej



### Adres redakcji

ul. Górecka 1, 60-201 Poznań  
tel. 61 858 47 00, fax 61 852 33 29  
e-mail:  
uczycielepiej@odnpoznan.pl  
<http://www.odnpoznan.pl>

### Konto

PKO Bank Polski  
82 1020 4027 0000 1202 1520 9038

### Redakcja

Redaktor naczelny  
Ewa Superczyńska  
Sekretarz redakcji  
Joanna Marchewka  
Zespół redakcyjny  
Tadeusz Nowik  
Dorota Mursztyn-Gorgoń

### Reklamy i ogłoszenia

- różne warianty
- konkurencyjne ceny
- szeroki krąg odbiorców związanych z oświatą

Kontakt:

Joanna Marchewka  
tel. 61 858 47 64  
[joanna.marchewka@odnpoznan.pl](mailto:joanna.marchewka@odnpoznan.pl)

### Autorzy tekstów

Stawomir Cietwiernia  
Izabela Czerniejewska  
Piotr Gołdyn  
Magdalena Gajtkowska  
Alina Janiszewska  
Joanna Marchewka  
Małgorzata Mikołajczak  
Iwona Grzelczak-Mitoś  
Karolina Napierata  
Magdalena Niedospiąt  
Anna Pałczyńska  
Ewa Siedlarek  
Paulina Wesołowska

### Projekt graficzny czasopisma

Mateusz Leszkowicz

### Projekt okładki, ilustracje

Sylwia Pragłowska

### Skład i druk

Drukarnia Laser-Graf, Płock  
[biuro.lasergraf@gmail.com](mailto:biuro.lasergraf@gmail.com)  
tel. 664 434 122

## Globalnie i lokalnie

2-3 Nauczyciel i jego zasoby

## Ludzie, i zdarzenia

4-5 Trzeba odpuszczać, luzować

## Inspiracje

6-7 Jak uczyć o migracji na lekcjach

8-9 Napisz do VIPa!

## Dydaktyka

10-11 Z piosenką w przedszkolu

## Wychowanie

12-13 Żadnej przemocy!

## Zdrowie

14-15 Bieg ku czci

16 Wychowanie fizyczne, a nie fikołki

## Dobre praktyki

17 Różne oblicza wielokulturowości

## Zarządzanie

18-19 Ochrona danych osobowych w szkole a social media

## Rekomendacje czytelnicze

20 Między dzieciństwem a dorosłością



# Nauczyciel i jego zasoby

**W społeczno-kulturowej przestrzeni współistnieją przeróżne aspekty dyskusji na temat nauczycieli. Pejoratywnym ocenom towarzyszą rosnące oczekiwania. Coraz częściej pojawiają się też głosy mówiące o konieczności zmodyfikowania tej roli.**



**Magdalena Gajtkowska**

nauczycielka w Zespole Szkół Zakonu Pijarów  
im. św. Józefa Kalasancjusza w Poznaniu.

W kontekście (post)covidowej rzeczywistości postanowiłam przyjrzeć się, jak społeczną rolę nauczyciela widzą rodzice. Przeprowadziłam indywidualne wywiady z rodzicami uczniów na temat postrzeganych przez nich zasobów nauczycieli. Chciałam dowiedzieć się, co cenią najwyżej w nauczycielach swoich dzieci. Jakie są ich dobre doświadczenia w zakresie współpracy, także z perspektywy, kiedy sami byli uczniami. Jak postrzegają rolę nauczyciela – do czego ją porównali i dlaczego?

Do rozmów zaprosiłam pięcioro rodziców (trzy matki i dwóch ojców), mieszkańców Poznania, w przedziale: 34–51 lat. Każdy ma więcej niż jedno dziecko. Są one w różnym wieku, dlatego usłyszałam opowieści dotyczą nauczycieli pracujących na różnych poziomach edukacyjnych. Kwestionariusz wywiadu składał się z siedmiu pytań otwartych. Każda rozmowa była nagrywana za zgodą rozmówców; przeprowadziłam je w I połowie marca 2021 roku.

Zdaję sobie sprawę, że z uwagi na niewielką liczbę przeprowadzonych wywiadów nie należy dokonywać generalizacji. Mimo iż nie są to badania reprezentatywne, stanowią jednak ważny głos w społecznej dyskusji na temat roli nauczyciela.

## Poprzez metaforę

To, w jaki sposób rodzice postrzegają nauczycieli swoich dzieci, z całą pewnością nie pozostaje bez znaczenia dla podejmowania (lub nie) współpracy z nimi, sposobu rozmawiania z dziećmi w domu na temat zaleceń nauczyciela, poszukiwania wsparcia w środowisku

szkolnym. Dlatego postanowiłam dowiedzieć się, w jakich kategoriach moi rozmówcy postrzegają nauczycieli.

Wśród odpowiedzi pojawiły się przeróżne określenia, głównie miały one pozytywne zabarwienie emocjonalne. Nauczyciela porównywano do: *drzwi* (umiejętność otwierania ucznia na to, co wcześniej było dla niego trudne do osiągnięcia), *książki* (umiejętność dzielenia się swoją wiedzą), *sowy* (oczytanie, wiedza), *zjawiska przyrodniczego* (ciekawym sposobem prowadzenia zajęć), *programu komputerowego* (pełnienie wielu funkcji, wzajemność wpływów w łączności z użytkownikiem). Jedna z respondentek wskazała na *ślorzce* (kojarzone z atrakcyjnością zajęć, radością) oraz *zachmurzone niebo* (nawiązujące do stosowania nieciekawych metod pracy, powodujących znudzenie dzieci).

Szczególną uwagę zwraca porównanie nawiązujące do ogrodnictwa (nauczyciel jako *ogrodnik* pielęgnujący uczniów – *rośliny*), z poszerzeniem metaforyki: „I jeszcze dalej bym poszła, że są różne rodzaje gleby, tak trochę jak każda rodzina jest inna. Dzieci po prostu w różnych miejscach, w różny sposób dorastają”.

Obserwacja ta zbiega się z metaforą, którą zaproponowali Ken Robinson i Lou Aronica. Definiują oni edukację w kategoriach żywego procesu, który można porównać z rolnictwem. Dobrzy nauczyciele jak ogrodnicy wiedzą, że uczniowie jak rośliny – rosną same, gdy mają zapewnione odpowiednie warunki. Wiedzą też jednak, że warunki nie zawsze zależą od nich (Robinson, Aronica 2015).

## Budowanie relacji

Czynnikiem, na który pedagog ma bezpośredni, a zarazem znaczący wpływ, jest relacja z uczniem. To między innymi w jakości tej relacji przejawiają się kompetencje społeczne nauczyciela (M. Piórunek, 2020). Relację tę należy postrzegać jako fundament edukacji: „Wszystko inne zależy od jakości tej relacji. Jeśli ona nie działa, cały system nie działa.” (K. Robinson, L. Aronica, 2015).

Analiza przeprowadzonych wywiadów wskazuje, że rodzice wysoko cenią umiejętność nawiązywania przez nauczycieli indywidualnej relacji z uczniem, zainteresowanie jego osobą oraz atmosferą w klasie (dbałość o relacje rówieśnicze). Troska o relacje, zarówno w perspektywie wertykalnej, jak i horyzontalnej, jest kluczowa na każdym poziomie edukacyjnym.

Wśród pozostałych aspektów pracy nauczyciela, które wymienili moi rozmówcy, odwołując się do swoich doświadczeń, znalazły się: *uwaga, nieustanna troska o własny rozwój, konsekwencja i transparentność w zakresie stawianych wymagań, cierpliwość, docenianie i uczenie szacunku wobec różnorodności wśród dzieci* (np. z uwagi na pochodzenie), *zaangażowanie* (wykonywanie działań dodatkowych, nieobligatoryjnych). Tym, co wielokrotnie pojawiło się w narracjach rodziców, była również *dobra komunikacja z rodzicami*.

Zdaniem Jacka Pyżalskiego, relacje: nauczyciel – uczeń, rówieśnicze oraz nauczyciele – rodzice uczniów są osiowe dla edukacji, a nauka zdalna powodowana pandemią COVID-19 dodatkowo podkreśla ogromne znaczenie tychże (2020).

## Źródła zasilnia

Pytałam też moich rozmówców o najprzyjemniejsze wspomnienia z czasów własnej edukacji. Respondenci najczęściej powoływali się na sytuacje, w których nauczyciel spędzał z nimi czas poza lekcjami (kajaki w weekendy, wycieczki klasowe) i prezentował empatyczne podejście do ucznia (wsluchanie się w jego argumentację, docenienie indywidualnych zasobów). We wspomnieniach pojawiło się również znaczenie nauki praktycznych umiejętności oraz pasja nauczyciela, która przekładała się na zainteresowanie przedmiotem.



rys. Sylwia Pragłowska

W pracy nauczyciela występuje wiele stresorów psychospołecznych, powodujących zjawisko tzw. wypalenia zawodowego. Tym, co pomaga radzić sobie z zagrożeniami, są czynniki wzmacniające, będące źródłem poczucia sensu i spełnienia. Mając ten fakt na uwadze, zapytałam rodziców o postrzegane przez nich źródła wewnętrznej radości w pracy nauczyciela. Analiza odpowiedzi jednoznacznie wskazuje, iż respondenci wskazywali: realny wpływ dydaktyka na rozwój ucznia i możliwość bycia świadkiem zachodzących w nim zmian, kontakt z uczniami (bliskie i szczere relacje) oraz wdzięczność i szacunek ze strony rodziców uczniów.

## Czarodziejska różdżka

Respondenci pytani byli również o działania, jakie – ich zdaniem – podjęliby nauczyciele, gdyby mieli do dyspozycji czarodziejską różdżkę. Wszyscy moi rozmówcy wskazywali, iż nauczyciele podjęliby działania zorientowane na dobro wspólne, troskę o powierzone im osoby. Wymieniano też zakup nowych pomocy dydaktycznych i troskę o lepsze wyposażenie sal lekcyjnych. Wyniki te wskazują, iż rodzice dostrzegają konieczność poprawy warunków funkcjonowania szkół. Część odpowiedzi dotyczyła również odkrywania w dzieciach zasobów/pasji, a także poprawy relacji rówieśniczych i rodzinnych.

Przeprowadzone wywiady, choć ich zakres jest ograniczony, pozwalają dokonać zarysu pozytywnych aspektów pracy nauczycieli. Tym, co powtarza się w odpowiedziach, jest przede wszystkim troska o budowanie jakościowych relacji, na których zasada się proces kształcenia. Biorąc pod uwagę aktualną sytuację edukacyjną w Polsce i na świecie powodowaną pandemią COVID-19, troska ta staje się dziś zadaniem priorytetowym i zarazem wymagającym nowych sposobów działań. Publikacja dobrych praktyk w tym zakresie z pewnością będzie stanowiła cenne źródło inspiracji dla pedagogów.

## Bibliografia

- Piórunek M., *Nauczyciel-wychowawca (nie)wspierający ucznia – o znaczeniu nauczycielskich kompetencji społecznych*, Poznań 2020.
- Pyżalski J., *Czy możliwe jest budowanie relacji w edukacji zdalnej?*, w: „Meritum. Mazowiecki Kwartalnik Edukacyjny” 3 (58) 2020.
- Robinson K., L. Aronica, *Kreatywne szkoły. Oddolna rewolucja, która zmieniła edukację*, Kraków 2015.
- Wychowawcze i społeczno-kulturowe kompetencje współczesnych nauczycieli. Wybrane konteksty*, red. J. Pyżalski, Łódź 2015.

# Trzeba odpuścić, luzować



**dr Matylda Pachowicz**

doktor nauk społecznych, pedagog specjalny, wykładowca akademicki, tutor, trener dla rodzin zastępczych i adopcyjnych, studia podyplomowe w zakresie psychosomatyki



**Joanna Marchewka**

nauczycielka konsultantka ds. edukacji humanistycznej i arteterapii, ODN w Poznaniu

**Joanna Marchewka: Trudno było się dostać na Pani warsztaty radzenia sobie ze stresem w ramach Uniwersytetu Otwartego na UAM. Długa lista rezerwowa uczestników. W dużej mierze zasilana przez nauczycieli.**

Matylda Pachowicz: Pandemia sprawiła, że wszyscy – niezależnie od charakteru naszej pracy – znaleźliśmy się w kryzysowej sytuacji. Nauczyciele w sposób gwałtowny musieli zmienić warsztat pracy, wypracować nową formę kontaktu z uczniami, wręcz na nowo się zdefiniować. Doszedł jeszcze lęk o sprzęt, o internet, który się zaciął. W psychologii pojawiło się pojęcie „technostres” na nazwanie nowego obciążenia psychicznego.

**Badania wskazują, że jedną z przyczyn nauczycielskiego stresu jest też perfekcjonizm. Czy ludzie o takim rysie osobowości częściej wybierają ten zawód?**

Mówiąc o uwarunkowaniach perfekcjonizmu można zacząć od cech osobowości, temperamentu, ale jest też coś w tym zawodzie, co wywołuje presję ciągłego doskonalenia. Jestem dzieckiem pedagogów, więc śledzę to z perspektywy domu rodzinnego. Mama była nauczycielką nauczania początkowego – świetnie przygotowaną do zawodu, po liceum pedagogicznym, po studiach kierunkowych, a pamiętam, że ciągle się doksztalała. To zawód bardzo wymagający, który nie pozwala spocząć na laurach. A jeśli ktoś ma do tego nastawienie perfekcjonistyczne, to właściwie skazuje się na chroniczny stres. Mając zbyt wygórowane oczekiwania wobec siebie, uwięziony zostaje w roli. Nie potrafi postawić sobie granicy także w samodoskonaleniu.

**Spotkałam się z określeniem „ćpun rozwojowy”.**

Do niedawna uczestniczenie w licznych warsztatach, szkolenia eksponowane

było jako pozytywne dążenie do samorozwoju. Teraz psychoterapeuci zalecają wyzwalającą od presji postawę bycia wystarczająco dobrym rodzicem, nauczycielem, partnerem życiowym.

**Stara maksyma mówi, że lepsze jest wrogiem dobrego. A czy jest jakaś granica między pozytywnym wymiarem ambicji, dążeń a natręctwem perfekcjonizmu? Można to rozpoznać?**

Perfekcjonizm nie jest zaletą, bo to nie to samo, co sumienność i rzetelność. Jego symptomem jest utrata równowagi życiowej. Jeśli nauczyciel przeznaczając większość swojego czasu na obowiązki zawodowe, po nocach przygotowuje się do lekcji albo w czasie wolnym, zamiast realizować swoje pasje, rozwiązuje problemy klasowe – to właśnie daje świadectwo zaburzenia równowagi. To musi się źle skończyć. Na horyzoncie pojawi się znużenie, zniechęcenie, aż wreszcie załamanie, depresja. Co ciekawe, badania wskazują, że na wypalenie zawodowe narażeni są w większości młodzi nauczyciele, bo wchodzi do zawodu z wyidealizowanym wyobrażeniem, jakimi nauczycielami powinni być. Ten obraz wcale nie powoduje, że są lepiej zmotywowani. Istotniejsze jest odpowiedzenie sobie na pytanie, dlaczego chcę być nauczycielem, jakie swoje potrzeby mogę realizować.

**Perfekcjonista raczej sam siebie tak nie nazwie. Trudno mu nabrać dystansu do siebie?**

Odwołam się do elastyczności psychologicznej. W dzisiejszym świecie jest to kluczowa umiejętność, która pozwala radzić sobie z problemami życiowymi i adaptować się do zmian. U perfekjonisty można zauważyć pewną sztywność, a im ona większa w dążeniach, skostniałych normach, sposobie bycia i stylu

pracy – tym będzie więcej niezdrowych nawyków. Jeśli ktoś ma tendencje perfekcjonistyczne, to nie umie się odnaleźć poza sferą komfortu. Potrzebne jest zrozumienie i pogodzenie się z tym, że nie wszystko ode mnie zależy, nie wszystko pójdzie po mojej myśli, że nie mam na wszystko wpływu. W radzeniu sobie z trudnościami potrzebne są umiejętności rezyliencji, czyli budowanie odporności psychicznej. Z tej perspektywy perfekcjonizm trzeba uznać za poważną wadę, dlatego, że presja dążenia do ideału, jaką sami sobie narzucamy, zakłóca naturalne dążenie do równowagi wewnętrznej.

### **Czy ta potrzeba kontroli nad światem, wpływu na wszystko to jakiś kompleks Boga Ojca?**

Perfekcjonizm często wynika z niskiej samooceny, z przekonania, że jest się niewystarczająco dobrym. Kiedy nie mamy adekwatnego poczucia własnej wartości, robimy wszystko, aby zasłużyć na akceptację. Często rodzice wpajają dziecku założenia perfekcjonistyczne, w przekonaniu, że jeśli nie wejdzie w „wyszcig szczurów”, to niczego nie osiągnie w życiu. Osoby funkcjonujące w kulturze efektywności mają skłonności do perfekcjonizmu.

### **Z jednej strony nastawienie na efektywność, a z drugiej perfekcjiści kojarzeni są z niekończącym się cyzelowaniem zadań.**

Problem może polegać nie tylko z kończeniem, ale i podejmowaniem zadań. Prokrastynacja to niebezpieczny mechanizm polegający na odwlekaniu tego, co powinniśmy zrobić. Oczywiście, mogą być tego różne przyczyny. Jedną z nich jest perfekcjonizm. Nie podejmujemy ryzyka wówczas, gdy nie mamy pewności, że nam coś wyjdzie. Dla perfekcjonisty nawet niewielkie potknięcie oznacza fiasko. To takie myślenie: skoro nie ma we mnie zgody na ewentualne niedociągnięcia, to w ogóle nie podejmuję wysiłku. Osoba o takim rysie najczęściej znajduje sobie obszar, w którym czuje się świetnie i w nim będzie się do upadłego doskonaliła. Pojawia się więc w perfekcjonizmie niebezpieczeństwo ograniczania do wąskich obszarów działań. Najnowsze trendy w pracy psychologicznej – terapia akceptacji i zaangażowania (ACT) mówią, że aby zaangażować się w coś, trzeba

zaakceptować rzeczywistość – jaka jest. Po pierwsze jednak, musimy zaakceptować siebie, zrozumieć, że nie możemy ciągle stawać się kimś innym, dążąc do niedościgniętego ideału.

### **Co uznaje Pani za najdotkliwszą pułapkę perfekcjonizmu?**

Stawianie siebie samego pod presją dążeń do ideału psuje relacje. Jeśli ja chcę być idealnym rodzicem, to projektuję na moje dziecko, że ma być idealnym dzieckiem. Jeśli nauczyciel ma przekonanie, że chce być wspaniałym wychowawcą i wyśmienitym dydaktykiem, to projektuje na ucznia oczekiwania bycia wzorowym i genialnym. Tymczasem mierzymy się z czymś znacznie bardziej skomplikowanym. Przecież to, jak uczeń funkcjonuje w klasie, zależy od wielu czynników. Nierealistyczne oczekiwania wobec swojej roli doprowadzą do dramatu zwątpienia, czy ja w ogóle powinnam być nauczycielem, skoro tyle włożyłam serca, poświęciłam czasu, a nie osiągnęłam upragnionych efektów. Taki nauczyciel przychodzi do pracy z lękiem i składa się z samych narzekań. Najbardziej niepokojące jest to, że przestaje lubić swoich uczniów, traktując ich jako niewdzięczników. Jego rozczarowanie rodzi niebezpieczeństwo dehumanizacji.

### **To jak bycie w zaklętym kręgu. Bo „Dzieci nie uczą się od tych, których nie lubią” – o czym świetnie przekonuje Rita Pierson w swoim wystąpieniu na TED. No ale jest jakaś nadzieja dla perfekcjonisty?**

Dobra wiadomość jest taka, że wszystkiego możemy się nauczyć. Nawet perfekcjonista ma szansę na zmianę. Warto pracować małymi krokami. Jeśli ktoś się łąpie na perfekcjonizmie, to musi pamiętać, aby pracować nad umiejętnością dbania o siebie. To powinno wejść nam w nawyk. Istnieją cztery filary zdrowia, jeśli załamię się jeden, pada cała konstrukcja. Po pierwsze – regeneracja, w tym dbałość o sen. Jeśli o to się nie zatroszczymy, to nie będziemy odporni na choroby; po drugie – właściwe odżywianie, dalej – ruch i wreszcie – umiejętność radzenia sobie ze stresem. To wszystko razem musi współgrać. W radzeniu sobie ze stresem nie wystarczą techniki relaksacyjne. Konieczna

jest aktywność fizyczna, żeby wyrzucić z ciała hormon stresu – kortyzol, niszczący narządy wewnętrzne. Pomocne mogą być też gwałtowne reakcje/dynamiczne działania jak krzyk albo sprawiający przyjemność taniec.

### **A w którą stronę nastawić wajchę myślenia o sobie?**

Ważne, żeby umieć docenić samego siebie: popatrz, dałaś radę w tej trudnej sytuacji. Trzeba oddalać źródła niepotrzebnego stresu. Lekcje zdalne nie muszą być doskonałe wizualnie. Nie musisz rzucać się na wszystkie nowe narzędzia, opanuj dobrze jedno i dostosuj do swoich potrzeb. Pracuję w nurcie egzystencjalno-humanistycznym, który ogromną wagę przywiązuje do budowania relacji w procesie terapeutycznym. To samo dotyczy procesu pedagogicznego. Najważniejsze jest pielęgnowanie relacji, bo to one okażą się kluczowe w dalszej perspektywie edukacyjnej. Lepiej posłuchać uczniów, jakie mają potrzeby, zamiast za wszelką cenę realizować program dydaktyczny.

### **Nauczyciel też człowiek. Jakież zalecenia poza tą rolą?**

Uniwersalne zalecenie jest takie: bądź obecny i uważny, zatrzymaj się. Mindfulness uczy stopowania. Przywołuje nas z krainy Gdzie Indziej do bycia TU i TERAZ. Osoby z rysem perfekcjonizmu mają z tym problem. Jeśli będziemy myśleć, że każdą minutę naszego czasu musimy wykorzystać efektywnie, to nigdy nie odpoczniemy. Trzeba odpuszczać, luzować. Potrzebujemy momentów wytchnienia dla zdrowia psychicznego. Umysł musi być resetowany. Przynajmniej jedną godzinę dziennie powinniśmy przeznaczyć na nicnierobienie, wyłączenie się z trybu aktywności. Ta godzina – paradoksalnie – może okazać się najbardziej rozwojowa. Jest to moment rozeznania. W pędzie nie przyglądamy się swoim motywacjom i celom działania. Brakuje nam refleksji: dlaczego i ku czemu tak pędzimy? Trening mindfulness jest wsłuchiowaniem się w siebie, to bycie obecnym i nieoceniającym.

### **Dziękuję za rozmowę. Oddalam się ku OBECNOŚCI.**

# Jak uczyć o migracji na lekcjach

**Polska, będąca od dziesięcioleci krajem monokulturowym, w ostatnich kilku latach staje się coraz bardziej zróżnicowana kulturowo. Szkoła nie może uchylać się od wprowadzania nowych treści na lekcjach przedmiotowych.**



**dr Izabela Czerniejewska**

specjalistka w ODN w Poznaniu ds. uczniów imigrantów;  
autorka książki *Edukacja wielokulturowa. Działania podejmowane w Polsce*; prezeska Fundacji Centrum Badań Migracyjnych, współtwórczyni punktu informacyjnego dla cudzoziemców w Poznaniu Migrant Info Point (MIP).

W wielu szkołach uczy się coraz więcej uczniów, którzy przyjechali z różnych stron świata, choć najczęściej z sąsiedniej Ukrainy. Warto wykorzystać ten potencjał międzykulturowy, odwołując się do doświadczeń uczniów, ale też włączając wiedzę o migrantach na różnych lekcjach. Temat migracji w sposób oczywisty poruszamy w szkole przy omawianiu procesów demograficznych na świecie. Doskonale, jeśli znajdziemy okazje, aby otworzyć się także na inne aspekty tego zagadnienia. Chciałabym zaproponować kilka pomysłów dydaktycznych, które można dowolnie rozwijać. Migracje mogą być główną osią lekcji; czasami wystarczy, aby wprowadzić je jako tło do realizacji treści przedmiotowych; mogą też służyć jako interesujący kontekst kulturowy, rozwijający zainteresowania uczniów.

## Wirtualne podróże

A gdyby tak w czasie lekcji geografii przejechać pociągiem całą Ukrainę? Najdłuższa trasa kolejowa z Użgorodu do Łysyczańska wynosi 1683 km. Można wsiąść do wirtualnego pociągu i odbyć podróż dzięki multimedialnej opowieści *Trans Ukraina* <https://outride.rs/pl/trans-ukraina/>. Po drodze będziemy poznawać mijane miasta, dowiadywać się o ludziach tam mieszkających. Przez okna pociągu zobaczymy różnorodne krajobrazy.

Jak przy korzystaniu z realnej mapy, możemy uczniom wyznaczyć zadania, dotyczące ukształtowania terenu, liczby mieszkańców, klimatu, fauny i flory. Osoby, które chciałyby dowiedzieć się więcej o konkretnym regionie, jego mieszkańcach, mogą skorzystać ze zbioru zdjęć,

filmów i artykułów na stronie <https://ukrainer.net/pl/regions>. Być może uczeń, który przyjechał z Ukrainy, opowie przy okazji o swoim mieście, o sposobach podróżowania w jego kraju pochodzenia, o atrakcjach turystycznych. Na pewno dzięki takiej wędrowce lepiej poznamy kraj naszych wschodnich sąsiadów.

## Pieśni bardów

W ostatnich miesiącach do Polski przyjeżdża coraz więcej osób z Białorusi. Spowodowane jest to niepokojami politycznymi i ruchami narodowymi w tym kraju, o których jest głośno od sierpnia 2020 roku. Protestujący śpiewają białoruskie pieśni, podnosząc rodaków na duchu. Pieśń katalońska, która stała się inspiracją dla legendarnych *Murów* Jacka Kaczmarskiego, teraz śpiewana jest w języku białoruskim. Na lekcji muzyki można posłuchać tych trzech wykonań przy okazji omawiania pieśni niepodległościowych, ważnych dla każdego narodu, bo kształtujących ich tożsamość.

Przy okazji celebrowania polskich świąt narodowych warto odwołać się do rytuałów narodowych innych krajów, wyrażających się m.in. w śpiewanych pieśniach. Można na przykład wspólnie z uczniami upamiętnić ważny dla Białorusinów dzień 25 marca i sięgnąć do współczesnych utworów muzyki białoruskiej, które wspierają walkę o kraj. Reportaż muzyczny z playlistą najlepszych utworów prezentowany jest na stronie [outride.rs https://outride.rs/pl/muzyka-nowej-bialorusi/](https://outride.rs/pl/muzyka-nowej-bialorusi/).

Pamiętając o uroczystych dniach ważnych w krajach pochodzenia uczniów, okazujemy nasz szacunek nie tylko do



tradycji narodowych, ale i do samych uczniów. Nie bójmy się wplatać między-narodowych wątków do lekcji.

## Policz to sam

Zdecydowany wzrost migrantów w Polsce nastąpił w 2016 roku, kilka miesięcy po tym, kiedy nasilił się konflikt Ukrainy z Rosją. W statystykach można sprawdzić, ilu cudzoziemców przyjechało wówczas do Polski i przygotować zadanie matematyczne, np: *W 2016 roku 220 tysięcy cudzoziemców w Polsce posiadało aktualne dokumenty pobytowe, w tym 80 tysięcy osób pochodziło z Ukrainy. Ile procent obywateli z Ukrainy miało aktualne dokumenty pobytowe?* Na stronie <https://migracje.gov.pl/> można znaleźć aktualne dane dotyczące cudzoziemców mieszkających w Polsce. Z danych tych wynika, że na początku marca 2021 roku ponad 460 tysięcy cudzoziemców posiadało karty pobytu (w tym blisko 250 tysięcy osób z Ukrainy). W samej Wielkopolsce pięć lat temu ponad 5000 osób pochodziło z Ukrainy, podczas gdy obecnie liczba powiększyła się sześciokrotnie (30 tysięcy). Liczby te nie obejmują osób, które nie złożyły wniosku o zezwolenie na pobyt i przebywają na innej podstawie, są więc tylko wycinkiem znanej nam rzeczywistości.

Wykorzystując dane o migracji, możemy uczyć matematyki lub podstaw statystyki. Co istotne, zadając uczniom zadania określonego typu, będziemy rozwijać ich umiejętność samodzielnego rozwiązywania problemów. Korzystając z interaktywnej zakładki STATYSTYKI na stronie [migracje.gov.pl](https://migracje.gov.pl/), można zadać uczniom



A gdyby tak w czasie lekcji geografii odbyć wirtualną podróż? Będziemy poznawać mijane miasta, dowiadywać się o ludziach tam mieszkających. Przez okna pociągu zobaczymy różnorodne krajobrazy.

formułowanie wniosków na podstawie samodzielnie przygotowanych różnego typu zestawień, np. ilu cudzoziemców posiada aktualne dokumenty w województwie wielkopolskim, a ilu w województwie mazowieckim? Ile procent migrantów to mężczyźni, a ile kobiety? Z ilu krajów przyjechali cudzoziemcy w 2010 roku? Zestawienia można wygenerować jako wykres, dane tabelaryczne lub zapisać w formie pdf lub excel. Dane te mogą być szczególnie ciekawe, jeśli w naszej szkole uczą się uczniowie z innych krajów.

## Rozumienie źródeł

Jeśli chcemy przekazać uczniom wiedzę na temat współczesnego, intensywnie zmieniającego się świata, nie wystarczy ograniczanie się do podręczników. Nie wystarczy przekazywanie wiedzy na poziomie tak elementarnym, jak definiowanie

„emigranta” jako tego, który wyjechał ze swojego kraju, a „imigranta”, jako tego, który przyjechał do nowego kraju. Żeby młodzi ludzie mogli zrozumieć, jakie trudności ma uczeń nieznający języka polskiego w szkole, jakie problemy adaptacyjne ma jego rodzina, czym może lub nie może się teraz zajmować – trzeba spojrzeć na sprawę migracji wieloaspektowo, sięgając do różnych źródeł.

Przy okazji korzystania z różnych zasobów informacji, warto przybliżyć uczniom sposoby poszukiwania obiektywnych materiałów, wskazywać na pewne luki, które nie są zagospodarowane. Dostępne dane statystyczne nie mówią nam na przykład, ilu cudzoziemców mieszka w Polsce, tylko ile osób ubiega się o dokumenty pobytowe. Są to zatem tylko pewne wycinki wiedzy na podstawie danych zbieranych przez określone urzędy.

Statystyki mogą pokazać nam pewne tendencje, np. wzrost liczby osób przyjeżdżających do Polski, kierunki migracji, ale warto sięgać też po inne zasoby. Materiały filmowe i zdjęcia bez wątpienia pobudzą wyobraźnię uczniów; fotoreportaże pokażą fragmenty nieznaną im rzeczywistości. Świetnie, jeśli staną się również inspiracją do samodzielnego poszukiwania wiedzy na temat współczesnych problemów globalnych.

Dzięki lekcjom z wykorzystaniem różnorodnych materiałów źródłowych na temat zjawiska migracji, rozwijamy wiedzę uczniów o innych kulturach, a przede wszystkim zbudujemy kompetencje międzykulturowe – jedne z najważniejszych wśród kompetencji współczesnego świata.

**Migracje mogą być główną osią lekcji; czasami wystarczy wprowadzić je jako tło do realizacji treści przedmiotowych; mogą też służyć jako interesujący kontekst kulturowy, rozwijający zainteresowania uczniów.**

# Napisz do VIPa!

**Pisanie listów do znanych w świecie osób motywuje do zdobywania wiedzy o kulturze innych krajów i jest ciekawą formą nauki języka obcego. Uzmysławia też uczniom, że ich wiedza i umiejętności mają praktyczne zastosowanie.**



**Anna Patczyńska**

nauczycielka języka angielskiego w ZSP w Kleszczowie



**Ewa Siedlarek**

nauczycielka języka angielskiego w ZSP w Kleszczowie

Nieodzownym elementem nauczania języka obcego jest zapoznanie uczniów z podstawową wiedzą o krajach, w których dany język obowiązuje. Wymagania programowe wskazują również na kształcenie umiejętności tworzenia użytkowym tekstów pisemnych, takich jak na przykład list. Wpadliśmy na pomysł, aby zrealizować te punkty Podstawy programowej (dodatkowo rozwijając słownictwo i ćwicząc struktury leksykalno-gramatyczne), zapraszając uczniów do podjęcia korespondencji z osobami/postaciami powszechnie znanymi w świecie.

## Poczta od Królowej

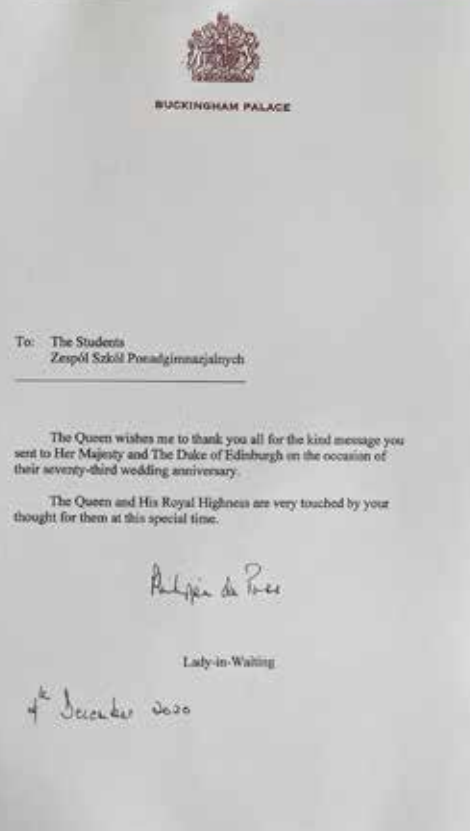
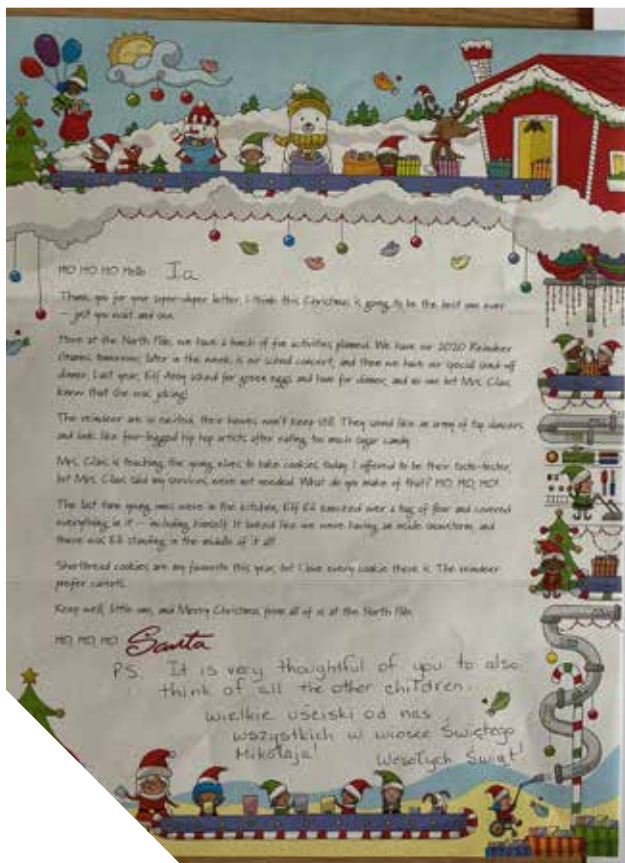
Pod koniec września Ewa zaproponowała uczniom klasy pierwszej o profilu językowym napisanie listu z życzeniami do rodziny królewskiej. Chodziło o zmotywowanie ich do pracy atrakcyjną formą zadania, rozbudzenie naturalnego zainteresowania kulturą Wielkiej Brytanii, ale też rozwijanie umiejętności wypowiedzi w formie obowiązującej na maturze rozszerzonej z języka angielskiego (przynajmniej wg obecnie wyznaczonych standardów). Koncept spotkał się z ogromnym entuzjazmem ze strony uczniów.

Najpierw uczniowie mieli za zadanie samodzielnie w domu wyszukać informacje o ważnych datach dla rodziny królewskiej, takich jak urodziny lub rocznice. Ustalili, że najbliższym terminem jest

rocznica ślubu Królowej Elżbiety II z księciem Filipem, która przypada 20 listopada i z tej okazji chcieliby złożyć Królowej życzenia. Następnie na lekcji języka angielskiego pracowali w grupach, których zadaniem było wyszukanie odpowiednich formuł językowych, stosownych do okazji i adresatów. Musieli także napisać w języku obcym kilka słów o sobie i klasie. Wspólnie wybraliśmy list, który najbardziej przypadł klasie do gustu, a dwie uczennice zgłosiły się, że jeszcze w domu go udoskonalą. Praca nad pisanie tego listu obejmowała dwie godziny lekcyjne oraz pracę własną uczniów w domu. Kiedy wprowadzono nauczanie zdalne, jedna uczennica zgłosiła się na ochotnika, że sfinalizuje wysyłkę. Adres znaleźliśmy na stronie internetowej. List został wysłany 26 października, a odpowiedź przyszła 8 grudnia. Opatrzona była oficjalną pieczęcią i herbem królewskim. W imieniu Królowej odpowiedziała *Lady-in-waiting*, czyli dama dworu, która podkreśliła, że Królowa oraz książę Filip bardzo dziękują za życzenia i są poruszeni, że pomyśleliśmy o nich w tak ważnym dla nich dniu. Uczniowie z innych grup językowych, gdy usłyszeli o naszym udanym przedsięwzięciu, również bardzo zapalili się do tego pomysłu.

## Santa Claus i elfy

Pod koniec listopada Anna zachęciła uczniów swojej klasy, aby napisali



Uczniowie  
ustalili, że  
wkrótce będzie  
rocznica ślubu  
Królowej  
Elżbiety II  
z księciem  
Filipem  
i z tej okazji  
chcieliby złożyć  
im życzenia.

Podziękowania od Królowej Elżbiety II i serdeczności od Świętego Mikołaja. Korespondencja od VIP-ów wywołała w uczniach wiele pozytywnych reakcji. Ekscytacja, radość, poczucie dumy, to silne emocje, które mogą motywować do nauki języka obcego.

po angielsku list do św. Mikołaja. Uczniowie współtworzyli go, zapisując po kolei po jednym zdaniu. Musieli nie tylko przekazać swoją myśl, ale zwrócić uwagę również na to, co zostało napisane już wcześniej. Tworzenie listu odbywało się podczas nauki zdalnej przy użyciu platformy Microsoft Teams. Po finalnej akceptacji klasy, wysłałam list na intrygujący adres: *Santa Claus, HO HO HO, Canada*. Oczekiwanie na odpowiedź trwało dość długo. List od św. Mikołaja zaadresowany do klasy Ia dotarł dopiero w połowie stycznia. Napisany na pięknej papeterii i włożony do eleganckiej koperty zawierał odpowiedź św. Mikołaja, który opisał, czym obecnie zajmuje się na biegunie północnym, co robi pani Mikołajowa i elfy. Odniósł się również do prośby uczniów, aby nie zapomnieli w tym roku o innych dzieciach, chwalać ich, że potrafią myśleć o innych. List kończy się pożegnaniem: „Wielkie uściski od nas wszystkim w wiosce Świętego Mikołaja! Wesołych Świąt!”, co wskazuje na to, że pisać na ten adres można również

w języku polskim, co być może zainteresuje nauczycieli pracujących w przedszkolu lub na etapie wczesnoszkolnym. Pisanie listów do znanych w świecie osób jest ciekawą, a przede wszystkim inną niż standardowa formą przekazywania wiedzy. Uzmysławia, jak bardzo użyteczna może okazać się ta umiejętność, dając uczniom namacalny dowód, że ich nauka ma realne zastosowanie. To z kolei ma niezliczone zalety, m.in. ogromnie podbudowuje motywację do pracy, zaangażowanie w proces uczenia się, wpływa na poczucie własnej wartości, uczy współpracy, rozwija kompetencje językowe i kształci zdolność wyszukiwania informacji, przekazuje wartości kulturowe i społeczne. To, co jednak najistotniejsze – wywołuje w uczniach po prostu pozytywne emocje, takie jak radość, dumę, ekscytację, bo przecież niecodziennie dostaje się listy od królowej Elżbiety II czy Mikołaja. A czy to właśnie nie z emocjami powinna się uczniom kojarzyć lekcja języka obcego?



# Z piosenką w przedszkolu

Śpiew jest jedną z podstawowych form ekspresji dziecka, a piosenka najprostszym utworem muzycznym, który jest ono w stanie przeżyć, zrozumieć, zapamiętać i odtworzyć.



**Magdalena Niedosiać**

muzykolog o specjalności nauczycielskiej;  
nauczycielka wychowania przedszkolnego  
oraz rytmiki w Przedszkolu w Zbąszyniu

Piosenka to najprostszy łącznik między dzieckiem a muzyką, jest bowiem najmniejszą skończoną formą muzyczną. Wykorzystując jedynie materiał piosenek, można wyjaśnić dzieciom każdy problem muzyczny, np. melodię, rytm, tempo, barwę, nastrój.

Tekst piosenki jest ważnym elementem – szybciej od melodii oddziałuje na wyobraźnię i uczucia. Często to słowa najpierw decydują o zainteresowaniu dzieci piosenką. Odgrywa też bardzo ważną rolę wychowawczą i edukacyjną, poszerzając wiedzę o świecie i zachodzących w nim zjawiskach.

Śpiew z kolei umożliwia aktywne uczestniczenie w muzyce, bo instrument, jakim jest głos, pozostaje zawsze do dyspozycji dziecka. Oprócz pozytywnego wpływu na dyspozycje ściśle muzyczne, śpiew przynosi korzyści pozamuzyczne, jak poprawę wad wymowy (przy jąkaniu się), rozwój klatki piersiowej, właściwe operowanie oddechem, dotlenienie organizmu, poprawę postawy.

## Praca nad głosem

Śpiew dzieci w okresie przedszkolnym na ogół brzmi fałszywie. Przyczyna nieczystej intonacji tkwi najczęściej nie w braku słuchu muzycznego, lecz w niedostatecznym i nierównomiernym rozwoju aparatu głosowego.

Praca nad czystą intonacją i prawidłowym wykonywaniem piosenek jest długotrwałym i ważnym procesem. Istotne jest, aby nauczyciel w pełni uświadomił sobie jej cele, metody i zakres, a także niebezpieczeństwa

tkwiące w śpiewie nieprawidłowym i niekontrolowanym.

Ćwiczenia głosu dziecka powinny uwzględniać pracę nad prawidłową postawą i oddechem, ćwiczenia artykulacji i dykcji oraz intonacji.

### 1. Oddech i postawa

Prawidłowy oddech to podstawowy warunek właściwego brzmienia głosu podczas śpiewu. Zarówno głębokość, jak i trwanie wydechu zależą w dużym stopniu od postawy. Przygarbienie, pochylenie ku przodowi, uniesienie ramion – wszystko to hamuje pracę mięśni płuc i przepony. Postawa podczas śpiewu powinna być swobodna, plecy wyprostowane, ale nie naprężone. Powietrze należy wdychać nosem i bezgłośnie.

### 2. Prawidłowa wymowa

Ćwiczenia w tym zakresie polegają na:

- powtarzaniu za głosem nauczycielki pojedynczych jedno-, dwu- i trzysylabowych słów;
- wymawianiu kolejnych dwóch/trzech słów mających pewne logiczne powiązania (np. sa-ła-ta, bu-rak, ka-la-fior lub sza-fa, ka-na-pa, sto-lik);
- powtarzaniu krótkich rytmizowanych zdań, przysłów i wyliczanek.

### 3. Ćwiczenia intonacyjne

Wiążą się one z nauką każdej nowej piosenki. Nauczycielka śpiewa fragmenty melodii piosenki, a dzieci starają się jak najdokładniej powtórzyć melodię. W starszych grupach stosuje się ćwiczenia polegające na śpiewaniu niewielkich fragmentów piosenki, np. na zgłoskach *ma, mo, mu, na, no, nu*.

## Nauka piosenki

Warto pamiętać o kilku ważnych regułach w nauce piosenki. Mianowicie, nauczyciel powinien tekst znać na pamięć, a podczas śpiewu zachować absolutną dokładność intonacji i rytmu, bardzo wyraźną artykulację i dykcję, właściwe nasilenie głosu, naturalną mimikę, ciekawą interpretację. Naukę piosenki prowadzimy, postępując się wyłącznie głosem. Tekstu nie oddzielamy od jej melodii. Następnej zwrotki uczyliśmy tylko wówczas, gdy poprzednia została pamięciowo opanowana przez dzieci.

Ważne jest też respektowanie warunków rozwoju dzieci. Trzylatki i czterolatki na początku pobytu w przedszkolu na ogół prawie nie śpiewają. Nie należy ich zmuszać do tego, lecz pozwolić przysłuchiwać się piosenkom. Śpiew dzieci w tym wieku może być jeszcze nierytmiczny bądź jest rytmicznym powtarzaniem słów na jednym dźwięku, z niedokładną wymową i oddechem.

Podczas pierwszych zajęć nauki piosenki nauczyciel śpiewa ją dwukrotnie (dzieci tylko się osłuchują). Może wykorzystać przy tym lalkę, zabawkę, obrazek oraz łączyć śpiewanie z marszem czy inną zabawą w celu wzbudzenia zainteresowania u dzieci. Na następnych zajęciach dzieci ponownie osłuchują się z piosenką i powtarzają jej fragmenty, przechodząc od słuchania do śpiewania.

Dzieci pięcioletnie szybciej przyswajają nowe piosenki, w związku z ogólnym rozwojem i rozszerzaniem się skali głosu. Szybciej też przechodzą od słuchania do powtarzania fragmentów piosenki. W tej grupie wiekowej należy przeprowadzić pogadankę na temat charakterystycznych właściwości piosenki, czyli omówić jej treść, nastrój, tempo i sposób wykonania. Można też wprowadzić śpiew indywidualny, bowiem dzieci śpiewają śmiało i chętniej.

Dzieci sześcioletnie mają znacznie lepiej rozwinięty słuch muzyczny i aparat głosowy, ich skala głosu rozszerza się – śpiewają czyściej z lepszą intonacją i wymową. Nauka piosenek wygląda podobnie jak w grupach młodszych, lecz przebiega w znacznie szybszym tempie, chętniej też dzieci starsze śpiewają indywidualnie na przemian ze śpiewem grupowym.

## Dobór piosenek

Podstawowym warunkiem, który spełniać musi piosenka, jest jej dostosowanie do



Podczas pierwszych zajęć nauki piosenki nauczyciel śpiewa ją dwukrotnie (dzieci tylko się osłuchują). Może wykorzystać przy tym lalkę, zabawkę, obrazek oraz łączyć śpiewanie z marszem czy inną zabawą w celu zainteresowania dzieci.

określonego wieku oraz poziomu rozwojowego dziecka. Dokonując wyboru piosenki, należy zwrócić uwagę na:

### 1. Rozpiętość skali piosenki.

Dla maluchów skala ta wynosi  $d^1 - a^1$  (czterolatki do  $h^1$ ); dla dzieci pięcioletnich:  $d^1 - c^2$ ; dla starszych:  $d^1 - d^2$ .

### 2. Stopień trudności linii melodycznej.

Należy unikać dużych skoków w melodii oraz modulacji (łączenia tonacji), a także zbyt wielu komplikacji rytmicznych.

### 3. Wartości artystyczne piosenki.

Melodia w piosence powinna być oparta na zasadzie łączenia brzmień konsonansowych, czyli zgodnych harmonicznie.

### 4. Treść piosenki.

Tekst musi być dla dzieci jasny i zrozumiały w swych sformułowaniach i słownictwie, ale też i niezbyt skomplikowany w samej wymowie. Trudniejsze wyrazy powinny być przez nauczyciela objaśnione.

## Ochrona głosu dziecka

W wychowaniu muzycznym w zakresie śpiewu nie można lekceważyć podstawowych reguł gwarantujących zdrowie i bezpieczeństwo dziecka. Przypomnę najważniejsze z nich:

- prowadzenie zajęć w dobrze przewietrzonych pomieszczeniach;
- zezwalanie na śpiew tylko z umiarkowaną siłą głosu;
- unikanie śpiewu na dworze przy wietrznej lub mroźnej pogodzie oraz

podczas intensywnego ruchu, np. biegania, skakania;

- unikanie śpiewu przy jednakowej postawie ciała przez dłuższy czas (siedzenie, stanie);
- wyłączanie dziecka z zajęć głosowych przy oznakach chrypki.

W okresie przedszkolnym muzyka jest ważnym czynnikiem wpływającym na rozwój dziecka, przede wszystkim kształtuje jego wrażliwość i muzykalność. Zajęcia umuzykalniające niosą ze sobą wiele pozytywnych aspektów, między innymi uaktywniają często dzieci bierne bądź nieśmiałe. Organizując naukę śpiewania piosenek, spełnić musimy jednak kilka kluczowych warunków: zadbać o zaspokojenie autentycznych potrzeb i zainteresowań dzieci, pozytywnie oddziaływać na ich emocje, zbudować w nich poczucie satysfakcji, płynącej z poczucia własnej wartości.

### Bibliografia

Urszula Bissinger-Ćwierz, *Muzyczna pedagogika zabaw w pracy z grupą*, Wydawnictwo KLANZA, Lublin 2002.

Beatrix Podolska, *Muzyka w przedszkolu*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2008.

Urszula Smoczyńska, *Kalendarz muzyczny w przedszkolu*, Wydawnictwo Pani Twardowska, Warszawa 2012.

# Żadnej przemocy!

**Światowy Dzień Sprzeciwu wobec Bicia Dzieci przypada na 30 kwietnia. Do jego ustanowienia prowadziła długa droga. Potrzebna była praca nad świadomością społeczną wielu świątłych i odważnych ludzi.**



**Alina Janiszewska**

nauczycielka konsultantka ds. etyki, bibliotekoznawstwa i edukacji teatralnej, ODN w Poznaniu

Astrid Lindgren, uznana szwedzka pisarka książek dla dzieci i młodzieży, otrzymała w 1978 roku Pokojową Nagrodę Księgarzy Niemieckich. Z tej okazji zorganizowano we Frankfurcie uroczystość, podczas której autorka została poproszona o wygłoszenie przemówienia.

Jego treść możemy dzisiaj poznać dzięki niepozornej książeczce *Żadnej przemocy!*, wydanej po raz pierwszy w Polsce w 2020 roku. Zdziwienie może budzić fakt, że przygotowany przez nią tekst, wysłany wcześniej do organizatorów, wzbudził konsternację i zamieszanie. Prowadzono negocjacje z artystką, aby zrezygnowała z wystąpienia. Tylko determinacja Astrid Lindgren oraz groźba nieprzyjęcia nagrody spowodowały, że możemy się zapoznać z jej ważnym i wciąż aktualnym przesłaniem.

## Lindgren prekursorką

Cóż mogło wtedy spowodować taki popłoch? Otóż wygłosiła pełną emocji mowę, w której postawiła śmiałą wtedy tezę, że pokój na świecie nierozdzielnie związany jest z dobrostanem dziecka, wychowywanym w szacunku i miłości. To one przecież obejmą ster, będą rządzić światem. A tego, jakim być człowiekiem, uczą się właśnie w dzieciństwie. Dzieci, które doświadczają przemocy, nie tylko nabywają

złych wzorów zachowań, ale może to wpływać na niskie poczucie własnej wartości, utratę kontroli nad swoimi emocjami, niszczenie dobrych relacji z dorosłymi i rówieśnikami. Negatywne skutki można mnożyć. Kara fizyczna świadczy o bezradności dorosłego.

Dla tych, którzy żyją w przekonaniu, że tylko przez klapsy czy różgę można najlepiej ukształtować charakter dziecka, szwedzka autorka przytacza przypowieść o młodej matce, która karząc swojego syna za przewinienie, domaga się, aby sam przyniósł różgę, a gdy ten zaptakany wraca po pewnym czasie z kamieniem, mówi, że może nim rzucić. Wstrząśnięta kobieta zostawia kamień w kuchni, aby zapamiętać na całe życie: „Żadnej przemocy!”.

A oto jak autorka, wiedzona intuicją, mówi także do nas: „(...) uczymy się tylko od tych, których kochamy. Dziecko otoczone miłością i kochające rodziców uczy się od nich pełnego miłości stosunku do otaczającego świata i na całe życie zachowuje tę postawę. I jest to dobre, nawet jeśli nie on czy ona nie będą decydować o losach świata. A gdyby przypadkiem tak się stało, że w przyszłości przyjdzie im o losach świata decydować, to jeśli podstawą ich działania będzie miłość, nie przemoc, mamy szczęście. Charaktery





Astrid Lindgren (1907-2002)



Janusz Korczak (1878-1942)

Obecnie ponad sto państw członkowskich ONZ wprowadziło zakaz stosowania kar cielesnych wobec dzieci. Jest to ogromny postęp. Nie miejmy jednak złudzeń, pomiędzy prawnymi deklaracjami a rzeczywistością cały czas istnieje przepaść.

nawet przyszłych mężów stanów zostaną uformowane, nim skończą oni pięć lat – to straszne, ale prawdziwe.”<sup>1</sup>

### Na polskim gruncie

Dzisiaj mamy już inną świadomość. O rozwoju cywilizacji świadczy stosunek do najślabszych. Rozwój ten dokonuje się dzięki ludziom, którzy zmieniają rzeczywistość nie tylko słowami, ale i czynem. Warto przypomnieć, że Astrid Lindgren nie była pierwsza. Ruchy na rzecz praw dzieci zaczęły się dużo wcześniej, a zintensyfikowały na początku XX wieku. Nie możemy zapomnieć też o polskim wkładzie na w to dzieło, o działalności Stefanii Sempołowskiej, która walczyła o prawa dzieci robotników do nauki i rozwoju, a przede wszystkim o pedagoga Janusza Korczaka. To on nierozdzielnie powiązał prawa człowieka z prawami dziecka. Całe zaangażowanie zawodowe, w tym pisarskie, poświęcił na udowadnianie, że dziecko jest autonomiczną jednostką, która kieruje swoim życiem. I nic nie usprawiedliwia stosowanie przemocy wobec najmłodszych. Korczak pisze: „To jeden z najzłośliwszych błędów, sądzić, że pedagogika jest nauką o dziecku, a nie o – człowieku... Nie ma dzieci – są ludzie; ale o innej skali pojęć, innym zasobie doświadczenia, innych popędach, innej grze uczuć.”<sup>2</sup>

### Ustawodawstwo

Jako kroki milowe można uznać kilka wydarzeń. W 1978 roku Szwecja, ojczyzna Astrid Lindgren, jako pierwsza na świecie prawnie zakazała stosowanie kar fizycznych wobec dzieci. Dało to przykład innym państwom do stanowienia podobnego prawa, a w następstwie przyjęcie w 1989 roku Konwencji Praw Dziecka. Polska ratyfikowała ją 7 czerwca 1991 roku. Obecnie ponad sto państw członkowskich ONZ wprowadziło zakaz stosowania kar cielesnych wobec dzieci. Jest to ogromny postęp. Nie miejmy jednak złudzeń, pomiędzy prawnymi deklaracjami a rzeczywistością cały czas istnieje przepaść. Codzienne doniesienia prasowe nie napawają optymizmem. Bieda, głód, wojny, brak dostępu do wody, opieki medycznej w pierwszej kolejności uderza w dzieci. Nie wiemy też dokładnie, co dzieje się za zamkniętymi drzwiami ich domów. Dzieci rzadko mówią o swoich tragediach, szczególnie gdy oprawcami są najbliżsi.

Astrid Lindgren dała nam prostą wskazówkę, jeśli chcemy pokoju i lepszego świata, zacznijmy od siebie, od refleksji nad swoimi słowami i działaniami. A zanim 30 kwietnia zerwiemy kartkę z kalendarza w *Światowy Dzień Sprzeciwu wobec Bicia Dzieci*, pomyślmy, że ten dzień jest już dzisiaj.

<sup>1</sup> Astrid Lindgren, *Żadnej przemocy!*, przet. A. Węgleńska, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2020, s.21.

<sup>2</sup> Janusz Korczak, *Jak kochać dzieci*, Towarzystwo Wydawnicze w Warszawie, Warszawa 1920, str. 7.

# Bieg

## ku czci

**Pandemia uniemożliwiła realizację wielu przedsięwzięć, ale wiele z nich zyskało nową lub zmodyfikowaną formę. Dużą popularnością cieszą „biegi wirtualne”. Warto zainteresować nimi młodzież.**



**prof. UAM dr hab. Piotr Gołdyn**

Zakład Nauk o Edukacji Wydział Pedagogiczno-Artystyczny w Kaliszu Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Izolacja społeczna wywołana wirusem Covid-19 ograniczyła naszą aktywność na wielu płaszczyznach. Tak jak zamrożenie kontaktów towarzyskich dotkliwie wpłynęło na zdrowie psychiczne, tak też brak ruchu osłabił naszą kondycję psychofizyczną. A gdyby tak zaaktywizować się jednocześnie sportowo, patriotycznie i obywatelsko? Połączenie tych aspektów ma swoje tradycje w biegach upamiętniających wydarzenia i postaci historyczne.

### Wirtualnie i realnie

Wirus w zasadzie uniemożliwił realizację tego typu przedsięwzięć, ale, jak to zwykle w takich przypadkach bywa, pojawiła się alternatywa, którą są „biegi wirtualne”. Oczywiście, odbywają się one w przestrzeni realnej, ale organizacja ma charakter zdalny. Inicjatywa ta posiada kilka zalet, najważniejszą jest to, że można bieg realizować w wybranym przez siebie czasie i miejscu. Z ograniczeniem do ram czasowych, podawanych przez organizatorów – zwykle do tygodnia przed datą wydarzenia, które chcemy upamiętnić. Inną zaletą jest to, że możliwe są inne formy aktywności, jak spacer, marsz, nordic walking, jazda na rolkach czy rowerze (w tym przypadku jest sugestia pokonania dwukrotnie dłuższego dystansu niż tego dla biegających czy maszerujących).

Filip Turczyński tak określa „biegi wirtualne”: „Założenia są podobne do prawdziwego, regularnego biegu. Na stronie poświęconej takiemu biegowi zapisujesz się na wybrany bieg, kierując się przy tym dystansem lub wyglądem medalu. Następnie wybrany przez siebie dystans należy przebiec w wyznaczonym przedziale czasowym, będąc wyposażonym

w urządzenie rejestrujące nasz bieg. Może to być opaska sportowa lub telefon z aplikacją. *Screen* z zapisanymi wynikami z aplikacji należy wysłać na wskazany adres e-mail. Moderatorzy weryfikują nasze dokonania, a następnie na nasz domowy adres wysyłają upatrzony wcześniej medal.”

### Wyzwania i medale

Oferta „wirtualnych biegów” staje się coraz bogatsza. W zeszłym roku zorganizowano biegi dla uczczenia 100. rocznicy Bitwy Warszawskiej, 80. rocznicy Bitwy o Anglię czy też 610. rocznicy bitwy pod Grunwaldem. Poza okrągłymi rocznicami można było za sprawą aktywności sportowej uczcić rocznicę Powstania Warszawskiego, Poznański Czerwiec 1956 czy też Powstanie Wielkopolskie.

Ciekawą tradycją są propozycje sportowych wyzwań ściśle związanych z konkretnym wydarzeniem historycznym. Na przykład wirtualny bieg z okazji bitwy pod Grunwaldem nosił wdzięczną nazwę *W pogoni za dwoma nagimi mieczami*. W związku z datą bitwy (1410 r.) organizatorzy wyznaczyli w regulaminie konieczność pokonania dystansu równego 14,10 km w ciągu siedmiu dni, od 13 do 19 lipca. Można to było zrobić za jednym razem lub podzielić sobie trasę na krótsze odcinki, przy założeniu, że marsz/bieg/ spacer odbywać się będzie codziennie przez siedem dni.

Równie symboliczny był dystans do pokonania w biegu dla uczczenia Poznańskiego Czerwca 1956 roku. Podstawą zaliczenia zadania było przejście lub przebiegnięcie 1956 m. Z kolei przy biegu z okazji Powstania Wielkopolskiego należało pokonać albo 2 km, które były



Bieżący rok

zapowiada

się atrakcyjnie

dla amatorów

„wirtualnych

biegów”.

Planowane są biegi

ku czci Mazurka

Dąbrowskiego,

Bieg Flagi, Bieg

Konstytucji 3 Maja.

Nic nie stoi na

przeszkodzie, żeby

takie przedsięwzięcia

organizować

w szkole.



Wybrane medale z kolekcji Autora, zdobyte w ubiegłorocznych „biegach wirtualnych”.

przeznaczone dla początkujących, albo dla bardziej zaawansowanych 5, 10 lub 15 km.

Popularnością cieszył się bieg z okazji 80. rocznicy Bitwy o Anglię. W ciągu miesiąca można było zdobyć cztery medale, stanowiące komplet lub też wybrać jeden z nich. Przedstawiały one modele samolotów, którymi latali Polacy w czasie tej bitwy, lub te, z którymi walczyli. Zadanie polegało na przemaszerowaniu/przebiegnięciu 5 km (taki był dystans na każdy z medali).

Medale bardzo często są elementem zachęcającym do udziału w konkretnej imprezie. W wielu przypadkach są one niezwykle ciekawe pod względem projektu artystycznego. Nierzadko uczestnicy biegów w ich wyborze kierują się właśnie wyglądem trofeum – upodobaniem do kształtu, formy czy kolorystyki.

Bieżący rok zapowiada się równie atrakcyjnie dla amatorów „wirtualnych biegów”. Planowane są biegi ku czci Mazurka Dąbrowskiego, Bieg Flagi, Bieg Konstytucji 3 Maja i wiele innych. Takie sportowo-patriotyczne imprezy można wykorzystać w procesie edukacyjno-wychowawczym. Pewną przeszkodą mogą być opłaty, które należy wnieść organizatorom, np. za medal (od 20 do 50 zł). Nic jednak nie stoi na przeszkodzie, żeby takie przedsięwzięcie zorganizować w szkole lub w ramach danej klasy. Dobrym pomysłem będą biegi dla uczczenia patrona szkoły lub ustanowionych przez sejm patronów roku 2021: kardynała Stefana Wyszyńskiego, Cypriana Kamila Norwida, Krzysztofa Kamila Baczyńskiego, Stanisława Lema, Tadeusza Różewicza. W ten sposób można – zgodnie z założeniami Podstawy programowej (patrz Preambuła) – realizować zadania wychowawcze szkoły.

## BIEGOWE WYZWANIA

Do pokonania w czasie jednego treningu

### Zdobądź swoją Annapurę

- dystans minimum 8081 m
- od 1 kwietnia br.

### II Bieg Krwiodawstwa

- dystans dla początkujących i zaawansowanych
- od końca 9 maja do końca 2021.

### Bieg Konstytucji 3 Maja

- do pokonania symboliczne 3 kilometry
- termin: od 3 do 10 maja br.

### Bieg Flagi

- do pokonania dystans 5 kilometrów
- termin: od 1 do 2 maja br.



# Wychowanie fizyczne, a nie fikołki

**Od kilkudziesięciu lat spotykamy się z refleksją pedagogiczną mówiącą, że wychowanie fizyczne pozwala na uzyskiwanie korzyści edukacyjnych. I na tym się kończy. Co należałoby zmienić w praktyce szkolnej?**

W oczywisty sposób każda aktywność fizyczna wpływa na poprawę parametrów krążeniowo-oddechowych, wydolność fizyczną, wytrzymałość, siłę. Korzystnie oddziałuje na główne komponenty masy ciała i ich dystrybucję. Są to zmiany powszechnie znane, które towarzyszą nam niezależnie od wieku. Jednak to, na czym dzisiaj coraz częściej skupia swoją uwagę świat nauki, to fakt, iż planowana aktywność fizyczna o odpowiedniej intensywności, częstotliwości stosowania i określonym czasie trwania w sposób wymierny wpływa na poprawę funkcji poznawczych. Istotne zmiany w tym zakresie w odpowiedzi na aktywność fizyczną w największym stopniu wykazują osoby młode.

## Przeciw ukrzestowieniu

Wiadomo obecnie z całą pewnością, że pobudzenie ośrodkowego układu nerwowego (a wśród młodych osób ten rodzaj pobudzenia przeważa nad hamowaniem) w naturalny sposób powinien być kompensowany poprzez ruch. Ignorowanie takiego mechanizmu wiąże się z patofizjologicznymi zmianami już na poziomie komórkowym. Tymczasem niezmiennie od kilku dekad obserwujemy tendencje systemu nauczania zmierzające do „ukrzestowienia” uczniów. Komu z nas nie wybrzmiewają w uszach do dziś srogie słowa nauczyciela: *Nie biegaj!* Popadamy w pułapkę, świadomi potencjalnych konsekwencji, wynikających z nabicia sobie przez ucznia guza lub, co gorsza, narażenia się na kontuzję.

Trzeba wreszcie dostrzec szczególną rolę wychowania fizycznego, widzianą nie tylko z perspektywy kompetencji fizycznych, ale także jako istotnej determinanty zaangażowania we wszelkie formy aktywności w ciągu całego życia. Nie ma naukowych dowodów na to, że aktywność fizyczna wpływa na długość życia, lecz jako istotny składnik jego jakości wymiernie wpływa na lata wolne od chorób i niepełnosprawności. Zapewnia też zdolność angażowania się w codzienne zadania z adekwatną energią. W aspekcie społecznym, z uwagi na obecną długotrwałą izolację, może odgrywać ważną rolę w kształtowaniu wielu czynników, między innymi w nawiązywaniu relacji społecznych. Wśród deklarowanych czynników warunkujących podejmowanie aktywności fizycznej, to właśnie możliwość nawiązywania nowych znajomości, spotkania się z innymi osobami wymieniane są na pierwszym miejscu.



**dr Sławomir Cietwiernia**

doktor nauk medycznych oraz nauk o zdrowiu w dyscyplinie kultury fizycznej; nauczyciel i wychowawca w Zespole Placówek Specjalnych w Tczewie

W kontekście doświadczenia pandemii aktywność fizyczna może przyczynić się w konkretny sposób do niwelowania przyszłych kosztów społecznych nauczania zdalnego i braku rzeczywistej interakcji z rówieśnikami.

## Idea olimpizmu

Zwykle wszelkie poruszane kwestie dotyczące wychowania fizycznego są na tyle powierzchowne, że odnoszą się wyłącznie do jego nośnika, jakim jest ciało. Naturalnie ten strukturalny system narządów jest fundamentem do tworzenia zmysłów i osobowości. Dlatego też mówiąc o WF-ie jako przedmiocie szkolnym, uwagę należałoby również koncentrować na pojęciu „wychowanie”. To długofalowy proces, niedający się ująć w ramy wyniku sportowego, ale wyrażający etyczną reprezentację oddziaływania nauczyciela, zawartą w zasadzie *fair play* oraz *heath related fitness*. Warto odwołać się też do idei Pierre’a de Coubertina – uznawanego za twórcę koncepcji współczesnego olimpizmu, rozumianego jako projekt społeczno-edukacyjny, jako „szkoła moralnej szlachetności i czystości”.

Nie zapominajmy też, że to nauczyciel wychowania fizycznego odpowiada w szkole za największą wśród innych nauczycieli infrastrukturę, posiada interdyscyplinarną wiedzę, którą powinien ustawicznie poszerzać, odwołując się do bieżących osiągnięć świata nauki. Nauczyciele wychowania fizycznego to ważna grupa pedagogów w szkole, a ich roli nie należy sprowadza wyłącznie do teorii biomechaniki.

# Różne

## oblicza wielokulturowości

**Ponad ćwierćwieczną tradycję naszej szkoły w warunkach zdalnej edukacji przenieśliśmy do wirtualnej przestrzeni. Udało się. Zapał, współpraca, pomysłowość – okazały się siłą tego przedsięwzięcia.**

Od 26 lat w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego (wcześniej Zespół Szkół Zawodowych im. Hipolita Cegielskiego) w Środzie Wielkopolskiej cyklicznie organizujemy *Tydzień Kultury*. To czas licznych spotkań z ciekawymi ludźmi, warsztatów, koncertów, wybieżek i konkursów. Wzorem naszego patrona zachęcamy młodzież do pracy na rzecz klasy, szkoły, regionu, do tworzenia kultury z poszanowaniem dośrodku naszych przodków. Każda edycja odbywa się pod innym hasłem.

### Program on-line

W tym roku szkolnym całe przedsięwzięcie ze względu na pandemię zorganizowaliśmy online. Z nieskrywaną satysfakcją możemy stwierdzić, że zakończyło się sukcesem. Hasłem przewodnim była *Wielokulturowość*. Skupiliśmy się na uczniach-migrantach, którzy uczęszczają do naszej szkoły.

Postanowiliśmy przybliżyć młodzieży kulturę Kazachstanu i Ukrainy. Przygotowania rozpoczęły się od stworzenia bazy materiałów do wykorzystania na poszczególnych zajęciach. Dostęp do materiałów na Classromie otrzymali zarówno nauczyciele, jak i uczniowie. Młodzież z Ukrainy i Kazachstanu przygotowała prezentacje dotyczące krajów, z których pochodzi, zaprezentowała je przed uczniami swoich klas. Poloniści zorganizowali szereg konkursów i quizów dotyczących języka polskiego, w których mogli się sprawdzić uczniowie

polscy, jak i ich koledzy z doświadczeniem migracji. Był to przyczynek do wspólnej rozmowy na temat podobieństw i różnic kulturowych pomiędzy naszymi krajami.

Do przestrzeni wirtualnej przenieśliśmy także coroczne wydarzenie *Kuchnie Świata*. Klasy Technikum Żywności i Usług Gastronomicznych pod okiem swoich nauczycielek zawodu

przygotowały w domach potrawy kuchni polskiej, włoskiej, greckiej, gruzińskiej oraz węgierskiej.

W ramach integracji kulturowej, aby poznanie miało wymiar obopólny, uczniom z innych krajów zaprezentowaliśmy elementy kultury polskiej. Młodzież z Kazachstanu, Rosji i Ukrainy miała okazję wysłuchać koncertu muzycznego online w wykonaniu naszego obecnego ucznia, a także absolwenta (byli uczniowie uświetniają obchody TK każdego roku). Nie zrezygnowaliśmy z tradycyjnych spotkań z ciekawymi ludźmi, które tym razem odbyły się przy wykorzystaniu Google Meet. Nasi uczniowie mieli okazję wysłuchać wystąpień przedstawicieli Wyższej Szkoły Logistyki w Poznaniu. Dowiedzieli się o nowych trendach w logistyce i roli trenera od Krzysztofa Kapuścińskiego, trenera Polonii Środa; Szymon Świątkowski – nauczyciel przedmiotów logistycznych opowiedział o swojej karierze sportowca, a Czeszka, Petra Mlcochova z Moraw przybliżyła swoją pasję podróżowania.

Tegoroczny *Tydzień Kultury* był pełen wyzwań organizacyjnych i technicznych, którym podołaliśmy bez najmniejszego problemu. Napawa to optymizmem i zachęca do kontynuowania wieloletniej tradycji. Kluczem do sukcesu jest współpraca nauczycieli, uczniów, absolwentów i zaangażowanie środowiska lokalnego – rady rodziców i wieloletnich przyjaciół szkoły.



**Karolina Napierała**

nauczycielka języka rosyjskiego i bibliotekarka w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Środzie Wielkopolskiej



**Małgorzata Mikołajczak**

nauczycielka przedmiotów gastronomicznych i chemii w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Środzie Wielkopolskiej; koordynatorka i pomysłodawczyni Tygodnia Kultury

# Ochrona

## danych osobowych a social media

**Promowanie szkoły w mediach społecznościowych stało się codzienną praktyką placówek oświatowych. Nie zapominajmy w tym kontekście o przetwarzaniu danych osobowych zgodnie z prawem.**



**dr Iwona Grzelczak-Miłoś**

nauczycielka akademicka oraz nauczycielka w Szkole Podstawowej nr 58 im. Jerzego Kukuczki w Poznaniu; inspektor ochrony danych; specjalistka ochrony danych osobowych i zarządzania informacją w placówkach oświatowych i edukacyjnych, bibliotekach, centrach i ośrodkach kultury

*Social media* w szkole to obecnie jedno z najważniejszych narzędzi promocji. Być może nawet najważniejsze, gdyż szkoły nie dysponują budżetem na marketing, a postępujący niż demograficzny, migracje młodych na tereny podmiejskie oraz rozwój szkolnictwa niepublicznego, wymuszają rywalizację pomiędzy szkołami.

### Pozyskać ucznia

Liczba szkół publicznych jest ściśle powiązana z liczbą dzieci zamieszkujących na danym terenie oraz liczbą dzieci pobierających naukę w danej szkole. Spadek liczby uczniów to w pierwszej kolejności cięcia etatów nauczycielskich, dalej administracyjnych, a na koniec zamknięcie szkoły. W samym województwie wielkopolskim od 2016 do 2019 roku zlikwidowano łącznie 25 szkół i filii<sup>1</sup>. Szkoły, tak publiczne, jak i niepubliczne, poprzez promocję walczą więc o przetrwanie.

Promocja szkoły ma na celu pozyskanie nowych uczniów, zamieszkałych poza obwodem szkoły i utrzymanie tych, którzy mieszkają w jej obwodzie. Jej zasadniczym celem jest informowanie o osiągnięciach szkoły, jej mocnych stronach, takich jak warunki lokalowe: (np. nowe budynki lub pomieszczenia po remoncie), narzędzia dydaktyczne (tablice multimedialne, rzutniki, komputery, roboty, itp.), zaangażowani i kompetentni nauczyciele. Promocja to słowa i obraz, ale jak obrazem pokazać pracę nauczycieli? W tym punkcie

promocja łączy się z ochroną danych osobowych.

### Chronić dane

Najważniejszym celem przetwarzania danych osobowych przez szkoły jest edukacja i opieka. Przetwarzanie w innych celach jest niemożliwe bez odrębnej i dobrowolnej zgody, odpowiednio – opiekunów prawnych danych uczniów lub zgody nauczycieli dla ich danych osobowych; zgody na przetwarzanie danych osobowych, w której wyraźnym celem będzie promocja szkoły.

Nie zamyka to jednak problemu ochrony danych osobowych w trakcie promocji w *social mediach*. Najpopularniejsze z nich, czyli m.in.: Facebook, Instagram, Twitter, Youtube jako korporacje z siedzibą w Stanach Zjednoczonych, przetwarzając dane osobowe, korzystały m.in. z zapisów Tarczy Prywatności UE-USA. Wyrok Trybunału Sprawiedliwości UE z 16 lipca 2020 roku, kwestionując adekwatność ochrony zapewnianej przez Tarczę, nałożył na administratorów (w naszym przypadku szkoły) publikujących zdjęcia i filmy na wymienionych serwisach obowiązek informowania o braku adekwatnej ochrony, czyli, że dane nie są chronione odpowiednio do zagrożeń.

Szkoły, prowadzące aktywnie promocję swojej działalności w *social mediach*, powinny uzyskać zgodę osób (lub opiekunów prawnych), których dane (w tym imię i nazwisko, wizerunek,

<sup>1</sup> <http://www.sejm.gov.pl/Sejm9.nsf/InterpelacjaTresc.xsp?key=BLFJRB> dostęp: 23.03.2021 godz. 18.24.





Promocja  
szkoły przez  
popularne kanały  
jak: Facebook,  
Instagram,  
Twitter, Youtube  
wymaga, zgodnie  
z Europejską Radą  
Ochrony Danych,  
informowania  
osób, których  
dane osobowe  
są publikowane,  
o ewentualnych  
zagrożeniach.

*Social media* w szkole to obecnie jedno z najważniejszych narzędzi promocji. Promocja to słowa i obraz. Ważne, aby przy tej okazji pamiętać o ochronie danych osobowych.

głos, itd.) zostaną opublikowane. Zgoda ta musi spełniać określone kryteria wskazane w art. 4 pkt 11, art. 7 oraz w motywach 32, 33, 42 i 43 RODO, w tym informować o potencjalnym zagrożeniu<sup>2</sup>. O zaleceniach EROD poniżej.

Reasumując, aby publikować dane uczniów lub nauczycieli w *social*

*mediach*, należy zadbać o zgodność z prawem w zakresie przetwarzanych danych. W zgodach przedkładanych więc do podpisu, należy wraz z pełną klauzulą informacyjną (art. 13 RODO) zamieścić informację o braku adekwatnej ochrony danych osobowych na terenie USA.

#### ZALECENIA EUROPEJSKIEJ RADY OCHRONY DANYCH

Gdy przekazywanie danych osobowych jest oparte na zgodzie osoby, której dane dotyczą, zgoda powinna ona być:

- **wyraźna;**
- **szczegółowa** dla konkretnego przekazywania danych lub ich zestawu;

Oznacza to, że przekazujący dane musi upewnić się, że uzyskał szczegółową zgodę przed przekazaniem danych, nawet jeśli ma to miejsce już po ich zebraniu.

- **świadoma;** szczególnie względem możliwego ryzyka przekazywania danych;

Oznacza to, że osoba, której dane dotyczą, powinna być również poinformowana o szczegółowym ryzyku wynikającym z faktu, że jej dane będą przekazane do państwa, które nie zapewnia odpowiedniej ochrony oraz że żadne odpowiednie zabezpieczenia, mające na celu zapewnienie ochrony danych, nie są wdrażane<sup>3</sup>.

<sup>2</sup> Zgodnie z Zaleceniami EROD 02/2020, dotyczącymi niezbędnych gwarancji europejskich dla środków nadzoru, ochrona prywatności jest „nieozależnie związana z powiadomieniem danej osoby o środku nadzoru” [https://edpb.europa.eu/sites/edpb/files/files/file1/edpb\\_recommendations\\_202002\\_europeanessentialguaranteessurveillance\\_pl.pdf](https://edpb.europa.eu/sites/edpb/files/files/file1/edpb_recommendations_202002_europeanessentialguaranteessurveillance_pl.pdf) s. 14, dostęp: 23.03.2021 godz. 19.23.

<sup>3</sup> EROD FAQ wyrok C.311.18 w sprawie Schrems II (tłumaczenie nieoficjalne), s. 4. <https://uodo.gov.pl/pl/138/1614> dostęp: 23.03.2021 godz. 19.34.

# Między dzieciństwem a dorosłością

**Obcowanie z nastolatkiem jawi się zwykle dorosłemu jako trudny orzech do zgryzienia. Warto za autorem książki *Dlaczego rodzice tak cię wkurzają i co z tym zrobić* wziąć też pod uwagę odwrotną perspektywę tej relacji.**

Czas między dzieciństwem a dorosłością to moment wyjątkowy, który wiąże się z odkrywaniem samego siebie. Młody człowiek zaczyna wówczas dowiadywać się, kim naprawdę jest, co go interesuje, jakim dorosłym chce być. Można za Louise Hayes i Joseph'em Ciarrochim powiedzieć, że „Młodość budzi się ku pragnieniom. Ciało się wzmacnia, a niebezpieczny, lecz piękny świat kusi”<sup>1</sup>. Nastolatek ukierunkowuje się na eksperymentowanie, eksplorację, przebudowywanie siebie, gdy w tym czasie dorosły... robi awanturę o jakąś błahostkę, np. mokry ręcznik na podłodze łazienki. W okresie dojrzewania dochodzi do pewnej różnicy przekonań pomiędzy dorosłymi a młodzieżą. Według D. Burnetta sprowadza się ona do tego, że nastolatki uważają, że mają zdecydowanie zbyt wiele obowiązków, podczas gdy dorośli sądzą, że młodzi ludzie nie robią prawie nic. Brzmi znajomo?

## Odmienne światy

Zdaniem D. Burnetta, szereg nieporozumień pomiędzy nastolatkami a dorosłymi wynika z biologii – w szczególności zaś z odmiennego funkcjonowania naszych mózgów. Jak wyjaśnia, młodzi ludzie mają prawdziwą trudność z kontrolowaniem emocji i przeżywają je dużo intensywniej niż dorośli. W okresie dojrzewania części mózgu odpowiedzialne za generowanie emocji dojrzewają szybciej niż te, które pozwalają nam trzymać emocje w ryzach. Ponadto, mózg nastolatka nastawiony jest na niezależność, wyszukiwanie

bodźców, odrzucanie tego, co stare i znane, na rzecz tego, co nowe i ekscytujące. Autor pisze, że jest to więc czas „strącania z piedestału dawnych autorytetów”. To cenne informacje, jednak kierują nas nieuchronnie do pytania o to, jak dogadać się z młodym człowiekiem? Jak porozumieć się z nastolatkiem, który inaczej postrzega świat, odmiennie reaguje i ma potrzeby,

które stoją w pewnej sprzeczności z oczekiwaniami dorosłych?

## Książka podrzucona

D. Burnett adresuje książkę do nastolatków i tak też prowadzi w niej narrację. Kolejne rozdziały tytułowane są stereotypowymi wypowiedziami rodziców, np. „Traktujesz dom jak hotel!” czy też „Czy musisz cały czas gapić się w telefon?!” i poruszają ważne z punktu widzenia młodego człowieka zagadnienia. Autor wykazuje dużą empatię wobec nastolatków i podkreśla, że rozumie, w jak trudnym momencie życia się znaleźli. Wyjaśnia jednak również postępowanie i reakcje rodziców, poszerzając tym samym perspektywę nastolatków. Na końcu każdego rozdziału zamieszcza swego rodzaju podsumowanie, w którym zawiera: opis problemu, możliwe konsekwencje trwania w konflikcie oraz proponowane rozwiązania.

Książka jest niewątpliwie wartościową pozycją i dobrze, by dorośli o niej usłyszeli. Podarowana nastolatкови, pozostawiona „przez przypadek” na parapecie w klasie szkolnej, wspomniana „przy okazji” w rozmowie z uczniem, może młodego człowieka zainteresować, a jej lektura okazać cennym wsparciem w tym wyjątkowym okresie życia. Być może to właśnie dzięki Twojej – Nauczycielu – rekomendacji czytelniczka życie w niejednym domu istotnie się poprawi.



### dr Patrycja Wesołowska

starszy wykładowca w Zakładzie Podstaw Wychowania i Opieki, Wydział Studiów Edukacyjnych UAM w Poznaniu; pedagog w Zespole Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych nr 1 w Poznaniu

<sup>1</sup> L. Hayes, J. Ciarrochi, *Trudny czas dojrzewania*, Sopot 2019, wstęp.





# PBP

Publiczna Biblioteka Pedagogiczna  
w Poznaniu



Zobacz nasze zbiory  
dotyczące edukacji zdalnej

[www.pbp.poznan.pl](http://www.pbp.poznan.pl)



TIK w edukacji – magazyn innowacyjnych  
nauczycieli i dyrektorów / red. nacz. Karolina  
Szulc. - Wrocław : Presscom, 2015-. - ISSN 2451-  
3989  
Sygnatura: C - 1038 (czytelnia)

Magazyn o wykorzystywaniu technologii informacyjno-komunikacyjnych w szkole dedykowany jest nauczycielom, opiekunom i dyrektorom. Autorzy prezentują rozwiązania, które zwiększają atrakcyjność zajęć z uczniami, pomysły na lekcje z zastosowaniem multimediów, aplikacje edukacyjne, urządzenia mobilne, zasoby internetowe, sieci społecznościowe, porady na temat nowoczesnego zarządzania szkołą. Każdy numer czasopisma posiada swój temat przewodni, prezentowany poświęcony jest uczniom ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Opisano w nim m.in. nowoczesny sprzęt dostępny dla każdego ucznia oraz aplikacje mobilne do zadań specjalnych.



Media cyfrowe wspierające procesy dydaktyczne /  
Aleksander Piecuch. - Rzeszów : Wydawnictwo  
Uniwersytetu Rzeszowskiego, 2020. - ISBN 978-  
83-7996-695-0  
Sygnatura: 321770 (wypożyczalnia)

Monografia porusza ciekawe i aktualne kwestie z obszaru edukacji techniczno-informatycznej i medialnej. W części pierwszej publikacji, zatytułowanej „Media cyfrowe w edukacji”, omówiono zagadnienia związane z technicznymi środkami wsparcia dla procesów uczenia się i nauczania (m. in. technologie informacyjne wspierające poszukiwanie, gromadzenie i zapamiętywanie informacji, projektor multimedialny, tablice kopiujące i interaktywne, wizualizery, wskaźniki, systemy tekstowe i wideokonferencyjne, dysk w chmurze, i-Lab) oraz zastosowanie technologii Internetu w szkolnictwie (tj. blogi, mikroblogi, otwarte zasoby edukacyjne, portale korporacyjne, szkoła w przestrzeni wirtualnej). Część druga zatytułowana „Technologie bliskiej przyszłości” traktuje o inżynierii wiedzy, teleedukacji oraz edukacji wirtualnej i obejmuje zagadnienia takie, jak technologia hipertekstu, e-Learning, m-Learning, e-Twinning, wirtualne laboratoria, wycieczki, biblioteki czy chaterbooty.



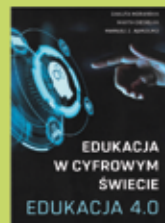
Zdalne uczenie się i nauczanie a specjalne  
potrzeby edukacyjne : z doświadczeń pandemii  
COVID-19 / redakcja Ewa Domagała-Zyśk. -  
Lublin : Wydawnictwo Episteme, 2020. - ISBN  
978-83-65172-55-6  
Sygnatura: 323429 (wypożyczalnia)

W książce scharakteryzowano problemy oraz przedstawiono rekomendacje dotyczące uczenia się i nauczania uczniów z różnymi niepełnosprawnościami takimi, jak dysfunkcja słuchu, niepełnosprawność intelektualna i ruchowa, zaburzenia mowy i języka. Wskazano również na rolę rodziców w edukacji zdalnej oraz opisano doświadczenia nauczycieli prowadzących nauczanie na odległość w pierwszej fazie pandemii COVID-19. W publikacji znajdziemy także omówienie wybranych prawnych i organizacyjnych aspektów nauczania zdalnego, szczególnie w kontekście zapobiegania wykluczeniu cyfrowemu oraz dostosowania narzędzi technologicznych i metod pracy do potrzeb różnych grup odbiorców – zarówno uczniów szkół podstawowych, jak i osób dorosłych.



Jak uczyć (się) zdalnie? : podręcznik dla  
nauczycieli, uczniów i przedsiębiorców wraz z  
opisem funkcjonalności platform i innych narzędzi  
e-learningu nie tylko na czas pandemii COVID-19  
/ Jacek Woźniak, Marcin Staruch, Michał Jurek,  
Wioletta Wereda, Piotr Zaskórski. - Warszawa :  
CeDeWu, 2020. - ISBN 978-83-8102-446-4  
Sygnatura: 322904, 323560 (wypożyczalnia)

Uniwersalny podręcznik omawiający specyfikę i uwarunkowania kształcenia zdalnego. Autorzy prezentują podstawowe aplikacje i usługi pakietu Microsoft Office umożliwiające nauczycielom współpracę z uczniami, dzielenie się zasobami i wymianę wiedzy. Przybliżają aplikację Microsoft Forms wykorzystywaną do tworzenia formularzy, quizów, ankiet i testów oraz oprogramowanie Microsoft Teams usprawniające przekazywanie informacji, udostępnianie materiałów w czasie rzeczywistym, a także aktywne komunikowanie się w formie audio i wideo. Osobny rozdział poświęcony został platformie e-learningowej Moodle, opracowanej by pomagać nauczycielom i edukatorom w tworzeniu tzw. wirtualnej szkoły oraz kursów dostępnych w dowolnym czasie i miejscu, kursów opartych na współpracy i interakcji między uczestnikami. Omówione systemy informatyczne typu open source zapewniają ciągłość i spójność kształcenia zdalnego.



Edukacja w cyfrowym świecie : edukacja 4.0 /  
Danuta Morańska, Marta Ciesielka, Mariusz Z.  
Jędrzejko. - Toruń : Akapit Wydawnictwo  
Edukacyjne, 2020. - ISBN 978-83-63955-84-7  
Sygnatura: 323431 (wypożyczalnia)

Publikacja ukazuje możliwości wykorzystania technologii cyfrowych w nauczaniu zdalnym. Omawia praktyczne rozwiązania mające zastosowanie w szkołach oraz metody i narzędzia aktywizujące pracę zdalną ucznia. Metoda projektów, webquest, wideodydaktyka to metody uczące samodzielnej pracy, kreatywnego myślenia i działania, zdobywania własnej wiedzy poprzez doświadczenie. Autorzy wiele miejsca poświęcają również problematyce cyberzaburzeń. Pandemia zmieniła relację nauczyciel-uczeń, nowoczesne technologie poszerzyły przestrzeń edukacyjną o świat wirtualny. Publikacja wydana przez ekspertów w dziedzinie edukacji medialnej prezentuje wiele praktycznych wskazówek i propozycji metodycznych dla nauczycieli realizujących zadania dydaktyczne i wychowawcze na wszystkich poziomach edukacji.





**SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA  
WIELKOPOLSKIEGO**

## **PLACÓWKI OŚWIATOWE PROWADZONE PRZEZ SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA WIELKOPOLSKIEGO PODLEGŁE DEPARTAMENTOWI EDUKACJI I NAUKI**

**Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Kaliszu**  
pełna informacja dostępna na stronie:  
[www.odn.kalisz.pl](http://www.odn.kalisz.pl)

**Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Koninie**  
pełna informacja dostępna na stronie:  
[www.cdnkonin.pl](http://www.cdnkonin.pl)

**Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Lesznie**  
pełna informacja dostępna na stronie:  
[www.cdn.leszno.pl](http://www.cdn.leszno.pl)

**Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Pile**  
pełna informacja dostępna na stronie:  
[www.cdn.pila.pl](http://www.cdn.pila.pl)

**Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Poznaniu**  
pełna informacja dostępna na stronie:  
[www.odnpoznan.pl](http://www.odnpoznan.pl)

**Centrum Wsparcia Rzemiosła, Kształcenia  
Dualnego i Zawodowego w Kaliszu**  
[www.cwrkdiz.kalisz.pl](http://www.cwrkdiz.kalisz.pl)

**Centrum Wsparcia Rzemiosła, Kształcenia  
Dualnego i Zawodowego w Koninie**  
[www.cwrkdiz.konin.pl](http://www.cwrkdiz.konin.pl)

**Centrum Wsparcia Rzemiosła, Kształcenia  
Dualnego i Zawodowego w Lesznie**  
[www.cwrkdiz.leszno.pl](http://www.cwrkdiz.leszno.pl)

**Centrum Wsparcia Rzemiosła, Kształcenia  
Dualnego i Zawodowego w Pile**  
[www.cwrkdiz.pila.pl](http://www.cwrkdiz.pila.pl)

**Centrum Wsparcia Rzemiosła, Kształcenia  
Dualnego i Zawodowego w Poznaniu**  
[www.cwrkdiz.poznan.pl](http://www.cwrkdiz.poznan.pl)

Placówki Oświatowe Prowadzone Przez  
Samorząd Województwa Wielkopolskiego



## **Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego:**

**- w Gnieźnie**, ul. Mieszka I nr 27, [www.medyk.gniezno.pl](http://www.medyk.gniezno.pl)  
**Centrum oferuje naukę na następujących kierunkach:**  
Terapeuta Zajęciowy, Opiekun Medyczny, Technik Masażysta, Technik Farmaceutyczny

**- w Koninie**, ul. Przemysłowa 4, [www.medyk.konin.pl](http://www.medyk.konin.pl)  
**Centrum oferuje naukę na następujących kierunkach:**  
Terapeuta Zajęciowy, Opiekun Medyczny, Technik Usług Kosmetycznych, Technik Masażysta, Technik Elektroradiolog, Asystent Osoby Niepełnosprawnej, Higienistka Stomatologiczna

**- w Ostrowie Wielkopolskim**, ul. Limanowskiego 17,  
[www.msz-ostrow.cba.pl](http://www.msz-ostrow.cba.pl)  
**Centrum oferuje naukę na następujących kierunkach:**  
Terapeuta Zajęciowy, Opiekun Medyczny, Technik Usług Kosmetycznych, Technik Masażysta, Technik Farmaceutyczny, Opiekunka Dziecięca, Higienistka Stomatologiczna, Asystentka Stomatologiczna, Technik Elektroradiolog

**- Nr 1 w Poznaniu**, ul. Szamarzewskiego 99, [www.msz.poznan.pl](http://www.msz.poznan.pl)  
**Centrum oferuje naukę na następujących kierunkach:**  
Opiekun Medyczny, Technik Usług Kosmetycznych, Technik Masażysta, Technik Farmaceutyczny, Ortopedystka, Technik BHP, Technik Elektroradiolog, Technik Elektryki i Informatyki Medycznej

**- Nr 2 w Poznaniu**, ul. Mostowa 6, [www.wsck.pl](http://www.wsck.pl)  
**Centrum oferuje naukę na następujących kierunkach:**  
Asystentka Stomatologiczna, Higienistka Stomatologiczna, Technik Dentystyczny, Asystent Osoby Niepełnosprawnej, Opiekun Medyczny, Opiekun Osoby Starszej, Opiekun w Domu Pomocy Społecznej, Opiekunka Dziecięca, Technik Masażysta, Terapeuta Zajęciowy

**- w Rawiczu**, ul. gen. Grota Roweckiego 6, [www.medyk-rawicz.pl](http://www.medyk-rawicz.pl)  
**Centrum oferuje naukę na następujących kierunkach:**  
Technik Usług Kosmetycznych, Technik BHP, Opiekun Osoby Starszej, Terapeuta Zajęciowy, Opiekun w Domu Pomocy Społecznej, Opiekunka Środowiskowa, Opiekunka Dziecięca, Asystent Osoby Niepełnosprawnej, Technik Masażysta, Opiekun Medyczny

**- w Złotowie**, ul. Szkolna 3, [www.wsckziu-zlotow.pl](http://www.wsckziu-zlotow.pl)  
**Centrum oferuje naukę na następujących kierunkach:**  
Opiekun Medyczny, Technik Archiwista, Technik Masażysta, Technik Usług Kosmetycznych, Opiekunka Dziecięca

**Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Ustawicznego  
we Wrześni**, ul. Wojska Polskiego 2a, [www.wscku-wrzesnia.pl](http://www.wscku-wrzesnia.pl)

**Centrum oferuje naukę na następujących kierunkach:**  
- Florysta, Technik Usług Kosmetycznych, Technik Logistyki, Technik Administracji, Technik Archiwista, Technik Rachunkowości, Opiekun Medyczny, Asystent Osoby Niepełnosprawnej, Technik Budownictwa