

Bank pomysłów. Sieci współpracy i samokształcenia

ZAWARTOŚĆ

A. Dodatkowe propozycje planów działań sieci współpracy i samokształcenia¹

21. ²Skuteczna realizacja edukacji zdrowotnej w szkole inwestycją w zdrowe społeczeństwo. Przykładowy plan działania sieci.
22. Jak tworzyć szkołę promującą zdrowie? Przykładowy plan działania sieci.
23. Edukacja teatralna w pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym. Przykładowy plan działania sieci.
24. Rozwijanie inteligencji emocjonalnej u dzieci przedszkolnych. Przykładowy plan działania sieci.
25. Wielokulturowość w przedszkolu – jak włączać dzieci z różnych kręgów kulturowych w edukację przedszkolną, jak przybliżyć przedszkolakom inne kręgi kulturowe. Przykładowy plan działania sieci, materiały szkoleniowe.
26. Współpraca nauczyciela z rodzicami – różne formy włączania rodziców w działania edukacyjno-wychowawcze przedszkola. Przykładowy plan działania sieci, materiały szkoleniowe.
27. Jak skutecznie i efektywnie radzić sobie ze stresem informacyjnym? Przykładowy plan działania sieci, materiały szkoleniowe.

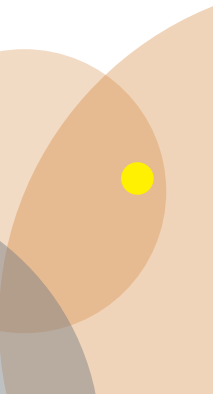
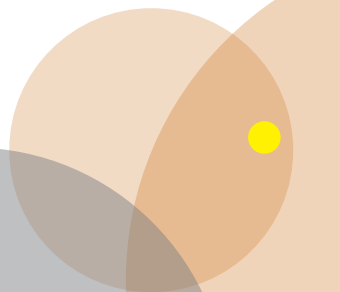
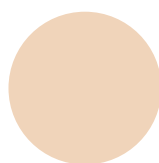
B. Nowe formy doskonalenia nauczycieli na Platformie internetowej projektu „System doskonalenia nauczycieli oparty na ogólnodostępnym kompleksowym wspomaganie szkół”

C. Plan działania sieci – szablony do samodzielnego wypełniania

D. Notatnik

¹ Przedstawione propozycje to początek otwartego katalogu tematów sieci i ich przykładowych planów działań. Zachęcamy wszystkie osoby zainteresowane tą formą doskonalenia nauczycieli do korzystania z naszych propozycji, ale zwłaszcza do tworzenia wraz z grupami nauczycieli skupionymi w sieciach - planów pracy odpowiadających na potrzeby zdiagnozowane wśród członków sieci. Na końcu niniejszego materiału zamieszczamy niewypełnione szablony tabel, które mogą posłużyć do tworzenia własnych planów. Zapraszamy do dzielenia się z nami swoimi doświadczeniami i pomysłami (www.ore.edu.pl/wspieranie).

² Numeracja tematów sieci rozpoczyna się od 21, gdyż na numerze 20 kończy się lista sieci stanowiących załącznik do dokumentacji konkursowej (Konkurs nr 1/POKL/3.5/2012).



Skuteczna realizacja edukacji zdrowotnej w szkole inwestycją w zdrowe społeczeństwo

Grupa docelowa: Nauczyciele wychowania fizycznego, szkolni koordynatorzy ds. edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia oraz nauczyciele innych przedmiotów zainteresowani realizacją edukacji zdrowotnej w szkole

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci
<p>1. Spotkanie organizacyjno-integracyjne.</p> <p>Prawne regulacje w zakresie realizacji edukacji zdrowotnej w szkole.</p> <p>(4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> Omówienie celów i założeń projektu sieciowego. Integracja grupy. Zmiany w podstawie programowej wychowania fizycznego i ich następstwa. Organizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Warsztat – motywowanie nauczycieli do wprowadzania zmian. 	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> E. Brudnik, A. Moszyńska, B. Owczarska, <i>Ja i mój uczeń pracujemy aktywnie</i>, Oficyna Wydawnicza Nauczycieli, Kielce 2003. <i>Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół podstawowych</i>, red. B. Woynarowska, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2012. <i>Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół gimnazjalnych</i>, red. B. Woynarowska, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2012. <i>Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych</i>, red. B. Woynarowska, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2012. 	<ul style="list-style-type: none"> Ustalenie planu działania sieci, w tym: wymiana doświadczeń, analiza dobrych praktyk, tworzenie innowacyjnych rozwiązań, dzielenie się pomysłami na platformie internetowej, wymiana informacji, wyszukiwanie odpowiedniej literatury oraz scenariuszy zajęć i spotkań, propozycje uczestników. Wymiana doświadczeń, na temat: organizacji edukacji zdrowotnej w szkole. Prezentacja przykładów realizacji edukacji zdrowotnej na lekcjach wychowania fizycznego i innych przedmiotów. Dzielenie się pomysłami, jak zainteresować rodziców edukacją zdrowotną. W jaki sposób do nich trafić i jak wykorzystać ich potencjał?

<p>2. Metodyka edukacji zdrowotnej w szkole. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<p>1. Dyskusja na temat: tradycyjnego i nowoczesnego podejścia do edukacji zdrowotnej (rola nauczyciela i ucznia, akcent na uczenie się, metody pracy).</p> <p>2. Planowanie i ewaluacja w edukacji zdrowotnej:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Etapy planowania programu edukacji zdrowotnej. • Zasady układania scenariusza zajęć. • Ewaluacja w edukacji zdrowotnej. • Zasady dobierania metod i technik uczenia się, w tym uczenia się przez doświadczanie. • Wykorzystywanie nowych technologii w realizacji ez. 	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • V. Simovska, B.B. Jansen, <i>Young-minds.net/ lessons learnt</i>, Danish University of Education Press, Copenhagen 2003. • B. Woynarowska, <i>Edukacja zdrowotna, Podręcznik akademicki</i>, WN PWN, Warszawa 2010. • <i>Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół podstawowych</i>, red. B. Woynarowska, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2012. • <i>Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół gimnazjalnych</i>, red. B. Woynarowska, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2012. • <i>Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych</i>, red. B. Woynarowska, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2012. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dzielenie się pomysłami na temat sposobów diagnozowania potrzeb zdrowotnych społeczności szkolnej. • Dyskusja w sieci o sukcesach i problemach związanych z realizacją edukacji zdrowotnej. • Przykłady dobrych praktyk: wymiana scenariuszy zajęć i spotkań. • Dyskusja na temat sposobów rozwiązywania konkretnych problemów zdrowotnych – przykłady dobrych rozwiązań. • Dzielenie się pomysłami wykorzystywania w edukacji zdrowotnej nowych technologii, prezentacja własnych doświadczeń.
<p>3. Edukacja zdrowotna ukierunkowana na rozwijanie umiejętności psychospołecznych (4 godz. dydaktyczne)</p>	<p>1. Istota umiejętności psychospołecznych i ich znaczenie.</p> <p>2. Praca warsztatowa połączona z dyskusją:</p> <p>W jakich okolicznościach szkolnych można kształtować/wzmacniać różne umiejętności psychospołeczne w tym poczucie własnej</p>	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Edukacja zdrowotna w szkole. Zeszyt 7</i>, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2003. • K. Oatley, J.M. Jenkins, <i>Emocje i stres</i>, WN PWN, Warszawa 2003. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wyszukiwanie w internecie literatury oraz scenariuszy zajęć i spotkań. • Przykłady kształtowania wybranych umiejętności psychospołecznych w szkołach – prezentacja dobrych praktyk. • Przykłady radzenia sobie ze stresem w praktyce szkolnej – wymiana doświadczeń.

	<p>wartości uczniów – podawanie własnych przykładów.</p> <p>3. Wsparcie społeczne i jego znaczenie dla zdrowia i rozwoju ucznia.</p> <p>4. Jak radzić sobie ze stresem w szkole?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L. Kulmatycki, <i>Emocje i stres</i> [w:] B. Woynarowska, <i>Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki</i>, WN PWN, Warszawa 2008 s. 407– 426. • <i>Edukacja zdrowotna w szkole</i>. Zeszyt 12, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2007. • S. Hart, V. Kindle Hudson, <i>Empatyczna klasa</i>, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2006. • www.ore.edu.pl 	
<p>4. Kształtowanie umiejętności psychospołecznych uczniów w praktyce szkolnej (4 godz. dydaktyczne)</p>	<p>1. Przykłady rozwijania wybranych umiejętności w szkole:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utrzymywanie dobrych relacji z innymi członkami społeczności szkolnej. • Motywowanie do osiągania sukcesów. • Współpraca i praca w grupie. 	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • T. Witsrand, <i>Porozumienie bez przemocy, czyli język żyrafy w szkole</i>, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2005. • J. Brophy, <i>Motywowanie uczniów do nauki</i>, WN PWN, Warszawa 2002. • H. Sęk, R. Cieślak, <i>Wsparcie społeczne, stres i zdrowie</i>, WN PWN, Warszawa 2006. • N. Ignjatović-Savić, <i>Strażnicy Uśmiechu 1 i 2. Program profilaktyczno-wychowawczy</i>, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2009. 	<ul style="list-style-type: none"> • Przykłady kształtowania wybranych umiejętności psychospołecznych w szkołach – prezentacja dobrych praktyk.

5. Zdrowe odżywianie i aktywność fizyczna
(4 godz. dydaktyczne)

1. Problemy dzieci i młodzieży związane z nieprawidłowym odżywianiem.
2. Wspólne śniadania w szkole jako element zdrowotnej polityki szkoły.
3. Organizacja posiłków dla uczniów i nauczycieli w szkole (sklepik, stołówka).
4. Zachęcanie do aktywnego stylu życia uczniów i pozostałych członków społeczności szkolnej.

Scenariusz spotkania z koordynatorem

Literatura:

- I. Young, *Jak wspierać rozwój i zdrowie młodzieży*, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2011.
- *Katalog i narzędzie HEPS. Katalog i narzędzie do oceny jakości szkolnych interwencji dotyczących zdrowego żywienia i aktywności fizycznej*, ORE, Warszawa 2010.
- *Narzędzie dla szkół HEPS. Przewodnik dla szkół dotyczący tworzenia szkolnej polityki zdrowego żywienia i aktywności fizycznej*, ORE, Warszawa 2010.
- *Poradnik orędownictwa na rzecz HEPS. Argumenty i strategie tworzenia polityki zdrowotnej w szkole*, ORE, Warszawa 2010.
- *Przewodnik HEPS. Promowanie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej w szkołach*, ORE, Warszawa 2010.

- Ocena zjawiska nadwagi i otyłości u dzieci ze szkół będących w sieci.
- Dzielenie się pomysłami na temat:
 - funkcjonowania sklepików oraz stołówek szkolnych, skąd pozyskiwać środki na ich prowadzenie;
 - negocjowania z agentem w sprawie asortymentu w sklepiku.
- Dzielenie się pomysłami na temat stosowania różnych form aktywności fizycznej dla wszystkich członków społeczności szkolnej.

Jak tworzyć szkołę promującą zdrowie?

Grupa docelowa: Dyrektorzy szkół i/lub przedszkoli, szkolni koordynatorzy ds. promocji zdrowia oraz nauczyciele zainteresowani tworzeniem i pracą w szkole promującej zdrowie.

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci
<p>1. Spotkanie organizacyjno-integracyjne.</p> <p>Polski model i definicja szkoły promującej zdrowie (SzPZ)</p> <p>(4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> Omówienie celów i założeń projektu sieciowego. Ustalenie planu działania sieci. Integracja grupy. Dyskusja na temat: Co to dla mnie oznacza szkoła promująca zdrowie? Stałe monitorowanie samopoczucia całej społeczności szkolnej działaniem priorytetowym w SzPZ. 	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> B. Woynarowska, M. Sokołowska, <i>Koncepcja i zasady tworzenia szkoły promującej zdrowie; Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole</i>, Zeszyt 10, Centrum Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2006. <p>www.ore.edu.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> Przedstawienie eksperta. Prezentacja polskiego modelu i definicji SzPZ. Prezentacja narzędzi do badania samopoczucia w szkole. Dzielenie się pomysłami na temat różnych sposobów diagnozowania samopoczucia w szkole.
<p>2. Koncepcja i strategia tworzenia SzPZ.</p>	<ol style="list-style-type: none"> Całościowe podejście do zdrowia. Podejście „od ludzi do problemu”. Szkoła traktowana jako siedlisko. Demokratyzacja życia szkoły. 	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> B. Woynarowska, M. Sokołowska, <i>Koncepcja i zasady tworzenia szkoły promującej zdrowie; Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole</i>, Zeszyt 10, Centrum Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2006. 	<ul style="list-style-type: none"> Uwzględnienie wszystkich aspektów zdrowia w codziennym życiu szkoły – przykłady działań. Rozwiązywanie konkretnych problemów zdrowotnych – wymiana doświadczeń. Przykłady dobrych rozwiązań dot. diagnozowania potrzeb zdrowotnych społeczności szkolnej. Przykłady współpracy szkół z innymi siedliskami – wymiana doświadczeń.

			<ul style="list-style-type: none"> • Sprawdzone rozwiązania dotyczące demokratycznego zarządzania szkołą – wymiana doświadczeń.
<p>3. Model pracy SzPZ (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diagnozowanie potrzeb zdrowotnych całej społeczności szkolnej. 2. Wybór problemu priorytetowego. 3. Planowanie działań. 4. Ewaluacja. 5. Metody pracy SzPZ: <ul style="list-style-type: none"> • praca metodą projektu; • uczenie się przez doświadczanie. 	<p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • B. Woynarowska, M. Sokołowska, <i>Koncepcja i zasady tworzenia szkoły promującej zdrowie; Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole</i>, Zeszyt 10, Centrum Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2006. • E. Brudnik, A. Moszyńska, B. Owczarska, <i>Ja i mój uczeń pracujemy aktywnie</i>, Oficyna Wydawnicza Nauczycieli, Kielce 2003. 	<ul style="list-style-type: none"> • Przykłady dobrych rozwiązań dot. diagnozowania potrzeb zdrowotnych społeczności szkolnej. • Przykłady pracy z wykorzystaniem metody uczenia się przez doświadczanie. • Dyskusja na temat korzyści i trudności w pracy modelem SzPZ. • Wymiana doświadczeń z zakresu pracy metodą projektu. • Prezentacja projektów zdrowotnych realizowanych w szkołach.
<p>4. Skuteczna realizacja edukacji zdrowotnej inwestycją w zdrowe społeczeństwo (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizacja edukacji zdrowotnej w szkole. 2. Uczeń aktywnym uczestnikiem procesu dydaktycznego. 3. Wykorzystanie wszystkich okoliczności do prowadzenia edukacji zdrowotnej całej społeczności szkolnej w tym rodziców. 	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół podstawowych</i>, red. B. Woynarowska Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2012. • <i>Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół gimnazjalnych</i>, red. B. Woynarowska, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2012. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wymiana doświadczeń na temat organizacji edukacji zdrowotnej w szkole: <ul style="list-style-type: none"> - edukacja zdrowotna w wychowaniu fizycznym – kto prowadzi?; Jakimi metodami (czy nauczyciel wf, czy inny specjalista)?; - przykłady aktywności uczniów w edukacji zdrowotnej; - edukacja zdrowotna w innych przedmiotach (jakich? Jakimi metodami jest realizowana?). • Dyskusja w sieci o sukcesach i problemach w realizacji edukacji zdrowotnej – przykłady ze szkół.

		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych</i>, red. B. Woynarowska, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2012. • B. Woynarowska, <i>Edukacja zdrowotna, Podręcznik akademicki</i>, WN PWN, Warszawa 2008. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja „drabiny uczestnictwa uczniów”. • Przykłady prowadzenia edukacji zdrowotnej dla rodziców. • Przykłady prowadzenia edukacji zdrowotnej przez rodziców.
<p>5. Klimat społeczny szkoły jako ważny czynnik sprzyjający bezpieczeństwu i rozwojowi całej społeczności szkolnej (4 godz. dydaktyczne)</p>	<p>1. Kształtowanie umiejętności psychospołecznych niezbędnych do budowania przyjaznego klimatu szkoły.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zapewnienie społeczności szkolnej poczucia bezpieczeństwa. • Wypracowanie reguł i określenie zasad obowiązujących w szkole. • Wzmacnianie u uczniów i nauczycieli poczucia własnej wartości. • Utrzymywanie dobrych relacji z innymi ludźmi. • Dawanie i otrzymywanie wsparcia. • Motywowanie uczniów do osiągnięcia sukcesów. 	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Edukacja zdrowotna w szkole, Zeszyt 6</i>, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2003. • <i>Edukacja zdrowotna w szkole, Zeszyt 8</i>, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2004. • <i>Edukacja zdrowotna w szkole, Zeszyt 10–11</i>, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2006. • <i>Edukacja zdrowotna w szkole, Zeszyt 12</i>, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2007. • T. Witsrand, <i>Porozumienie bez przemocy, czyli język żyrafy w szkole</i>, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2005. • J. Brophy, <i>Motywowanie uczniów do nauki</i>, WN PWN, Warszawa 2002. • H. Sęk, R. Cieślak, <i>Wsparcie społeczne, stres i zdrowie</i>, WN PWN, Warszawa 2006. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja metod i narzędzi do badania klimatu społecznego szkoły. Wymiana doświadczeń na temat innych sposobów badania klimatu społecznego szkoły. • Dzielenie się pomysłami na temat kształtowania umiejętności psychospołecznych: <ul style="list-style-type: none"> • na lekcjach – podawanie własnych przykładów; • w innych sytuacjach szkolnych – podawanie przykładów prowadzonych działań. • Wyszukiwanie w internecie literatury z tego zakresu • Konstruowanie i wymiana scenariuszy zajęć do pracy z uczniami, rodzicami oraz innymi pracownikami szkoły.



Barbara Osińska

Edukacja teatralna w pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym

Grupa docelowa: Nauczyciele wychowania przedszkolnego

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci
<p>1. Integracja grupy. Planowanie pracy. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> Autoprezentacja uczestników. Omówienie celów i założeń projektu „siecowego”. Ustalenie planu działania sieci. Krótkie wprowadzenie teoretyczne: kilka słów o historii teatru i edukacji teatralnej na świecie i w Polsce. Dzielenie się własnymi doświadczeniami związanymi z udziałem w przedstawieniach teatralnych w roli aktora i z pracą z dziećmi przy tworzeniu przedstawień teatralnych. Dyskusja na temat: cele i zalety edukacji teatralnej w przedszkolu, uzasadnienie wyboru tematu w nawiązaniu do <i>Podstawy programowej wychowania przedszkolnego</i>. W zależności od możliwości (fakultatywnie): Spotkanie z ekspertem – wizyta w teatrze od kulis – rozmowa z reżyserem, scenografem, aktorem, zwiedzanie pracowni scenograficznej, garderoby. 	<p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> Braun K., <i>Kieszonkowa historia teatru na świecie w XX wieku</i>, Norbertinum, Lublin 2000. Berthold M., <i>Historia teatru</i>, przeł. z niem. D. Żmij-Zielińska, Wydawnictwa Artystyczne i Filmowe, Warszawa 1980. Dziedzic A., <i>Teatr i edukacja</i>, Arka, Poznań 2001. Glotton L., Clero C., <i>Twórcza aktywność dziecka</i>, WSiP, Warszawa 1988. <i>Historia teatru</i>, red. J.R. Brown, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007. <i>Twórczość – wyzwanie XXI wieku</i>, red. W. Popek, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2003. Szmidt K., <i>Pedagogika twórczości</i>, GWP, Gdańsk 2007. 	<ul style="list-style-type: none"> Dyskusja na temat ulubionych form teatralnych nauczycieli i ich stosowania w pracy z dziećmi – wymiana doświadczeń. Dzielenie się pomysłami metodycznymi, np. sprawdzonymi scenariuszami przedstawień dla dzieci. Wspólne tworzenie netografii, czyli zbiorów linków do zasobów internetowych związanych z teatrem. Dzielenie się refleksjami po spotkaniu w teatrze. Ustalenie na forum, kto poprowadzi zajęcia modelowe na następnym spotkaniu oraz kto przygotowuje i poprowadzi kolejne spotkanie. Wybór eksperta do przeprowadzenia zajęć warsztatowych dla nauczycieli – czarny teatr i teatrzyk cieni.

2. Formy teatru i ich zastosowanie w pracy z małymi dziećmi.

(4 godz. dydaktyczne)

1. Warsztaty teatralne – teatrzyk małego aktora, kukiełkowy lub inny do wyboru w wykonaniu dzieci – przykład „dobrej praktyki” (zajęcia modelowe przygotowane przez jednego z uczestników zajęć).
2. Omówienie warsztatów.
3. Dyskusja na temat form teatru i ich zastosowania w pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym.
4. Praca w grupach – sporządzenie katalogu form teatru z krótką charakterystyką każdej z nich.
5. Spotkanie z ekspertem – czarny teatr i teatrzyk cieni – praktyczne działania warsztatowe.

Scenariusz spotkania z koordynatorem.

Literatura:

- Awgulowa J., Świątek W., *Małe formy sceniczne w pracy przedszkola*, WSiP, Warszawa 1982.
- Stankiewicz B., *Zabawy twórcze i widowiska lalkowe w wychowaniu przedszkolnym*, WSiP, Warszawa 1980.

- Dzielenie się pomysłami metodycznymi, np. scenariuszami zajęć, ciekawymi metodami pracy, ciekawą literaturą.
- Wyszukiwanie w internecie inspiracji do rozmowy nt. kształtowania elementów inteligencji emocjonalnej niezbędnych w osiągnięciu gotowości szkolnej.
- Dzielenie się swoimi doświadczeniami dotyczącymi dotychczasowego stosowania różnych form teatru w pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym.
- Prezentacja fotograficzna działań z dziećmi z wykorzystaniem różnych form teatru.
- Dyskusja na forum nt. wyboru tematu na kolejne zajęcia.
- Ustalenie na forum, kto poprowadzi zajęcia modelowe na następnym spotkaniu oraz kto przygotowuje i poprowadzi kolejne spotkanie.
- Wybór eksperta do przeprowadzenia zajęć dla nauczycieli – przygotowanie przedstawienia teatralnego z dziećmi jako zaplanowany proces (charakterystyka dobrej scenografii do przedstawień dziecięcych, zasady przygotowywania strojów i innych elementów do przedstawień prezentowanych przez dzieci, przygotowanie małych aktorów).

3. Przygotowanie przedstawienia teatralnego – jak wspólnie z dziećmi przygotować przedstawienie teatralne?

(4 godz. dydaktyczne)

1. Warsztaty teatralne – czarny teatr lub teatrzyk cieni – przykład „dobrej praktyki” (zajęcia modelowe przygotowane przez jednego z uczestników zajęć – nawiązanie do poprzedniego spotkania)
2. Omówienie warsztatów.
3. Dyskusja na temat włączania dzieci w działania zmierzające do przygotowania przedstawienia teatralnego (np. scenografia, kostiumy, kukiełki, pacynki, lalki do teatru cieni, elementy do czarnego teatru).
4. Spotkanie z ekspertem – przygotowanie przedstawienia teatralnego razem z dziećmi jako zaplanowany proces (charakterystyka dobrej scenografii do przedstawień dziecięcych, zasady przygotowywania strojów i innych elementów do przedstawień prezentowanych przez dzieci, przygotowanie małych aktorów).
5. Działania praktyczne – wykonanie dowolnej lalki do przedstawienia teatralnego.

Scenariusz spotkania z koordynatorem.

Literatura:

- Jodko-Kula E., *W szkolnym teatrze*, Juka, Warszawa 1998.
- Klimke S., Meyer M., *Z Kacprem przez cały rok. 18 nowych przedstawień kukielkowych dla dzieci w wieku od 3 do 8 lat*, Jedność 2002.
- Koloska B., Markert I., *Nie ma czasu dla księżniczki. Przedstawienia kukielkowe dotyczące problemów dziecięcych*, Jedność 2002.
- Manville Ch., *Teatr w przedszkolu*, Palatum, Łódź 2009.
- Megrier D., *Zabawy teatralne w przedszkolu*, Wydawnictwo Cyklady, Warszawa 2000.
- Wójcik Z., *Pobawmy się w teatr*, DIDASKO 2006.
- Wójcik Z., *Zabawa w teatr*, DIDASKO 1997.
- Wójcik Z., *Zabawa w teatr, cz. 2*, DIDASKO 2002.
- Wójcik Z., *Zabawa w teatr, cz. 3*, DIDASKO 2006

- Zaprezentowanie na forum własnych rozwiązań scenograficznych, projektów strojów, kukiełek, lalek do teatru cieni, pacynek, elementów do czarnego teatru, lalek do teatru cieni.
- Stworzenie banku pomysłów zabaw przygotowujących dzieci do wystawienia przedstawienia teatralnego.
- Dzielenie się refleksjami z zastosowania form czarnego teatru i teatru cieni w pracy z dziećmi inspirowanego warsztatami dla nauczycieli.
- Dyskusja na forum nt. wyboru tematów dwóch kolejnych zajęć.
- Ustalenie na forum, kto poprowadzi zajęcia modelowe na następnym spotkaniu oraz kto przygotowuje i poprowadzi kolejne spotkanie.
- Wybór specjalisty do przeprowadzenia zajęć warsztatowych dla nauczycieli – zastosowanie dramoterapii w pracy indywidualnej z dziećmi w wieku przedszkolnym.

4. Drama jako metoda wychowania i nauczania.

(4 godz. dydaktyczne)

1. Warsztaty teatralne – wykonanie razem z dziećmi scenografii do przedstawienia teatralnego. Przykład „dobrej praktyki” (zajęcia modelowe przygotowane przez jednego z uczestników zajęć – nawiązanie do poprzedniego spotkania).

Scenariusz spotkania z koordynatorem.

Literatura:

- Dziedzic A., *Drama a wychowanie*, Wydawnictwa CODN, Warszawa 1999.
- Królicza M., *Drama i happening w edukacji przedszkolnej*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2009.

- Na forum wymiana doświadczeń dotyczących zastosowania dramy w realizacji tematów kompleksowych dla młodszych i starszych przedszkolaków.
- Stworzenie przykładowych zestawów zabaw dramowych związanych z tematami kompleksowymi realizowanymi z dziećmi w wieku przedszkolnym.

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Omówienie warsztatów. 3. Dyskusja na temat wykorzystania dramy w pracy z małymi dziećmi. 4. Spotkanie ze specjalistą – zastosowanie dramoterapii w pracy indywidualnej z dziećmi w wieku przedszkolnym. 5. Warsztaty – udział nauczycieli w działaniach dramowych (nauczyciel jako dziecko). 	<ul style="list-style-type: none"> • Matelska A., <i>Zabawy dramowe w edukacji wczesnoszkolnej, scenariusze zajęć</i>, ODN, Poznań 2001. • Pankowska K. <i>Edukacja przez dramę</i>, WSiP, Warszawa 1997. • Way B., <i>Drama w wychowaniu dzieci i młodzieży</i>, WSiP, Warszawa 1995. 	<ul style="list-style-type: none"> • Podzielenie się uczestników sieci na grupki z uwzględnieniem formy teatru, jaką będą prezentować podczas kolejnego spotkania. • Dokonanie wyboru literatury oraz teoretyczne przygotowanie przedstawienia teatralnego na kolejne spotkanie. • Ustalenie na forum, kto poprowadzi zajęcia modelowe na następnym spotkaniu oraz kto przygotowuje i poprowadzi kolejne spotkanie.
<p>5. Teatr nauczycielski – inspiracja dla dzieci i rodziców. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Warsztaty teatralne – zabawy dramowe – przykład „dobrej praktyki” na podstawie wiedzy i doświadczenia zdobytego podczas poprzednich zajęć (zajęcia modelowe przygotowane przez jednego z uczestników zajęć). 2. Omówienie warsztatów. 3. Praca w zespołach – przygotowanie krótkich przedstawień teatralnych dla dzieci z wykorzystaniem różnych form teatru (scenografia, stroje, ewentualnie lalki i inne pomoce, tekst). 4. Prezentacja spektakli teatrzyków nauczycielskich pozostałym uczestnikom spotkania. 5. Dyskusja nt. celowości przygotowywania przedstawień przez nauczycieli oraz prezentacja własnych odczuć po realizacji przedstawień. 	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem.</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schieder B., <i>Z bajkami przez cały rok</i>, Jedność, Kielce 2005. • Schieder B., <i>Bajki dodają odwagi. Wychowanie ku wartościom i rozwój osobowości</i>, Jedność, Kielce 2006. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja na forum swoich dotychczasowych doświadczeń z udziałem w przedstawieniach teatralnych w roli aktora lub reżysera. • W grupach przygotowujących przedstawienia ustalenie, jakie materiały, przybory, rekwizyty będą potrzebne do realizacji spektaklu na spotkaniu. • Stworzenie zbioru literatury dziecięcej mogącej posłużyć jako scenariusze przedstawień teatralnych dla teatrzyków dziecięcych i nauczycielskich.

REKOMENDACJE

W II roku funkcjonowania sieci można skupić się na działaniach praktycznych – przygotowaniu spektakli teatralnych przez zespoły teatrów nauczycielskich dla dzieci, włączeniu do działań teatralnych rodziców, zorganizowaniu przeglądu teatryków przedszkolaków współpracujących w sieci.



Renata Słabuszewska

Rozwijanie inteligencji emocjonalnej u dzieci przedszkolnych

Grupa docelowa: Nauczyciele wychowania przedszkolnego

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci
<p>1. Integracja grupy. Planowanie pracy. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> Autoprezentacja uczestników. Omówienie celów i założeń projektu „sietowego”. Ustalenie planu działania sieci. Wprowadzenie teoretyczne: <ul style="list-style-type: none"> Rozwój emocjonalny u dzieci w wieku przedszkolnym. Czym jest inteligencja emocjonalna? Sfery rozwijania inteligencji emocjonalnej. Elementy inteligencji emocjonalnej wpływające na gotowość dziecka do rozpoczęcia nauki w szkole. Metody ułatwiające kształtowanie inteligencji emocjonalnej. Dyskusja: uzasadnienie potrzeby realizacji projektu w oparciu o <i>Podstawę programową i Konwencję praw dziecka</i>. Warsztaty: przykład „dobrej praktyki” (zajęcia modelowe) – ćwiczenia dla nauczycieli prowadzone przez eksperta – psychologa (nauczyciele w roli dzieci). Omówienie warsztatów. 	<p><i>Podstawa programowa wychowania przedszkolnego dla przedszkoli, oddziałów przedszkolnych w szkołach podstawowych oraz innych form wychowania przedszkolnego</i></p> <p><i>Konwencja praw dziecka.</i></p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> Baum H., <i>Małe dzieci – duże uczucia</i>, Jedność, Kielce 2002. Baum H., <i>Pokonywać słabości</i>, Jedność, Kielce 2002. Champton Weston D., Weston M.S., <i>Co dzień mądrzejsze, 365 gier i zabaw kształtujących charakter, wrażliwość i inteligencję emocjonalną dziecka</i>, Prószyński i S-ka, Warszawa 1998. Dyrda B., <i>Rozwijanie twórczości i inteligencji emocjonalnej dzieci i młodzieży</i>, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2004. Faber A., Mazlish E., <i>Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły</i>, Media Rodzina, Poznań 1993. Goleman D., <i>Inteligencja emocjonalna</i>, Media Rodzina, Poznań 1997. Goleman D., <i>Inteligencja emocjonalna w praktyce</i>, Media Rodzina, Poznań 1997. 	<ul style="list-style-type: none"> Dzielenie się pomysłami metodycznymi dotyczącymi własnego rozwijania inteligencji emocjonalnej, np. scenariuszami rad szkoleniowych, scenariuszami spotkań integracyjnych nauczycieli, a także przykładami zabaw i ćwiczeń stosowanych we własnej praktyce. Wyszukiwanie w internecie inspiracji do rozmowy nt. rozwijania inteligencji emocjonalnej u dzieci przedszkolnych i znaczenia w dalszej edukacji. Wspólne tworzenie zbioru linków do zasobów internetowych związanych z kształtowaniem inteligencji emocjonalnej. Dyskusja nt. doświadczeń własnych. Ustalenie na forum, kto z uczestników sieci poprowadzi kolejne warsztaty.

		<ul style="list-style-type: none"> • Guillaumond F., <i>Nauka komunikowania się w grupie przedszkolnej</i>, Cykady, Warszawa 2000. • Guilford J.P., <i>Natura inteligencji człowieka</i>, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1995. • Konrat S., Hendl C., <i>Inteligencja emocjonalna z zestawami ćwiczeń</i>, Videograf, Katowice 2000. 	
<p>2. Sfery rozwijania inteligencji emocjonalnej. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Warsztaty – przykład „dobrej praktyki” (zajęcia modelowe przygotowane przez jednego z uczestników sieci). Zajęcia zawierają: <ul style="list-style-type: none"> • Rozpoznawanie, nazywanie emocji, radzenie sobie z własnymi emocjami, budowanie poczucia własnej wartości. 2. Omówienie warsztatów. 3. Spotkanie z ekspertem – nauczycielem z doświadczeniem w zakresie kształtowania inteligencji emocjonalnej w jej wszystkich sferach u dzieci przedszkolnych. 4. Wymiana własnych doświadczeń: każdy uczestnik sieci prezentuje przykład zabawy lub ćwiczenia. 5. Praca w grupach – opracowanie scenariuszy zajęć zawierających stosowane metody ułatwiające kształtowanie inteligencji emocjonalnej w jej wszystkich sferach. Propozycje lub projekty pomocy dydaktycznych. 6. Prezentacja scenariuszy. 	<p>Scenariusz spotkania z koordynatorem.</p> <p><i>Podstawa programowa wychowania przedszkolnego dla przedszkoli...</i></p> <p><i>Konwencja praw dziecka.</i></p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baum H., <i>Małe dzieci – duże uczucia</i>, Jedność, Kielce 2002 • Baum H., <i>Pokonywać słabości</i>, Jedność, Kielce 2002 • Champton Weston D., Weston M.S., <i>Co dzień mądrzejsze, 365 gier i zabaw kształtujących charakter, wrażliwość i inteligencję emocjonalną dziecka</i>, Prószyński i S-ka, Warszawa 1998. • Faber A., Mazlish E., <i>Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły</i>, Media Rodzina, Poznań 1993. • Postmann R., <i>Zabawy rozwijające inteligencję</i>, Jedność, Kielce 2003. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dzielenie się pomysłami metodycznymi, np. scenariuszami zajęć, ciekawymi metodami pracy, ciekawą literaturą. • Wyszukiwanie w internecie inspiracji do rozmowy nt. kształtowania elementów inteligencji emocjonalnej niezbędnych w osiągnięciu gotowości szkolnej. • Wspólne tworzenie zbioru linków do zasobów internetowych związanych z kształtowaniem zdolności w różnych sferach inteligencji emocjonalnej • Dyskusja nt. doświadczeń dotyczących pracy w zakresie kształtowania inteligencji emocjonalnej na poszczególnych płaszczyznach. • Przedstawienie eksperta, który poprowadzi zajęcia na następnym spotkaniu.

		<ul style="list-style-type: none"> • Postmann R., Schneider E., <i>Zabawy na odprężenie i koncentrację</i>, Jedność, Kielce 2003. <p>Literatura w pracy z dziećmi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brykczyński M. i Głazewska-Dańko L., <i>Jedna chwilka uczuć kilka czyli z uczuciem o uczuciach</i>, Jacek Santorski & Co Agencja Wydawnicza, Białystok 2004 . • Fox E., Garbet J., <i>Mój podręcznik pierwszej pomocy</i>, Kielce 2004. • Hannah A., <i>Już się nie boję ciemności</i>, Siedmioróg, Wrocław 2005. • Kasdepke G., <i>Kocha, lubi, szanuje czyli jeszcze o uczuciach</i>, Nasza Księgarnia, Warszawa 2010. • Kołyszko W., <i>Smok Lubomił i tajemnice złości</i>, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2004. • Kołyszko W., <i>Zakłęte miasto i sekrety smutku</i>, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2004. • Ostrowska E., <i>Bojesie niebojesie</i>, Wydawnictwo Skrzat, Kraków 2010. • Preston T., <i>Strach na wróble</i>, przeł. W. Chotomska, Egmont, Warszawa 2002. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ustalenie na forum, kto z uczestników sieci poprowadzi kolejne warsztaty pt.: „Rozpoznawanie emocji u innych, budowanie relacji z innymi: empatia, asertywność, współpraca”. • Dzielenie się pomysłami metodycznymi wypracowanymi na spotkaniu, np. zestawy scenariuszy opatrzone komentarzem po zrealizowaniu z dziećmi.
<p>3. Elementy inteligencji emocjonalnej wpływające na gotowość dziecka do rozpoczęcia nauki w szkole. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<p>1. Warsztaty – przykład „dobrej praktyki” (zajęcia modelowe przygotowane przez jednego z uczestników sieci):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rozpoznawanie emocji u innych, budowanie relacji z innymi: empatia, asertywność, współpraca. 	<p>Jak wyżej oraz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pozycje literatury zaproponowane przez uczestników sieci. <p>Materiały edukacyjne przygotowane przez eksperta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dzielenie się pomysłami metodycznymi, wypracowanymi na poprzednim spotkaniu, np. scenariuszami zajęć, ciekawymi przykładami zabaw i ćwiczeń, ciekawą literaturą. • Dyskusja dotycząca wymiany doświadczeń. • Dyskusja z ekspertem.

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Omówienie warsztatów. 3. Spotkanie z ekspertem – nauczycielem z doświadczeniem w zakresie kształtowania elementów inteligencji emocjonalnej wpływających na gotowość dziecka do rozpoczęcia nauki w szkole. Elementy inteligencji emocjonalnej (wg D. Golemana, <i>Inteligencja emocjonalna</i>, Poznań 1997, s. 302): <ul style="list-style-type: none"> • wiara w siebie, • ciekawość, • intencjonalność, • samokontrola, • towarzyskość, • umiejętność porozumiewania się, • umiejętność współdziałania. 4. Prezentacja własnych doświadczeń dotyczących sposobów kształtowania elementów inteligencji emocjonalnej ważnych do rozpoczęcia nauki w szkole: każdy uczestnik sieci prezentuje, w jaki sposób to realizuje. 5. Praca w grupach – opracowanie scenariuszy zajęć kształtujących wybrane elementy inteligencji emocjonalnej z określeniem sposobów realizacji. 		<ul style="list-style-type: none"> • Dyskusja nt. stosowanych sposobów pracy i ich znaczenia w kształtowaniu inteligencji emocjonalnej.
<p>4. Metody pracy stosowane w rozwijaniu inteligencji emocjonalnej. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Warsztaty: przykład „dobrej praktyki” (zajęcia modelowe przygotowane przez jednego z uczestników sieci): <ul style="list-style-type: none"> • Rozwijanie kompetencji niezbędnych 	<p>Jak wyżej oraz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pozycje literatury zaproponowane przez uczestników sieci. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dzielenie się pomysłami metodycznymi, np. scenariuszami zajęć, ciekawymi przykładami metod pracy w kształtowaniu inteligencji emocjonalnej, ciekawą literaturą.

	<p>do działania: motywacja, odpowiedzialność.</p> <ol style="list-style-type: none"> Omówienie warsztatów. Spotkanie z ekspertem – nauczycielem z sukcesami w zakresie kształtowania inteligencji emocjonalnej u dzieci przedszkolnych, szkolenie pt. „Metody stosowane w kształtowaniu inteligencji emocjonalnej w przedszkolu”: <ul style="list-style-type: none"> integracyjne, relaksacyjne, wizualizacyjne, dramowe, pantomimiczne, twórcze, ruchowe, muzyczne, plastyczne. Prezentacja własnych doświadczeń dotyczących metod pracy z przedszkolakami. Praca w grupach – opracowanie scenariuszy zawierających różne metody pracy. 	<p>Materiały edukacyjne przygotowane przez eksperta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Dyskusja dotycząca wymiany doświadczeń. Dyskusja z ekspertem. Dyskusja nt. stosowanych metod pracy.
<p>5. Podsumowanie pracy sieci. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> Warsztaty: przykład „dobrej praktyki” (zajęcia modelowe przygotowane przez jednego z uczestników sieci). Omówienie warsztatów. 	<p>Jak wyżej oraz:</p> <ul style="list-style-type: none"> nowe pozycje literatury zaproponowane przez uczestników sieci. <p>Scenariusz warsztatów.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Dzielenie się pomysłami metodycznymi, np. scenariuszami zajęć, ciekawymi przykładami scenariuszy spotkań z rodzicami, ciekawą literaturą.

	<p>3. Praca w grupach: jak organizować współpracę z rodzicami, aby włączali się w proces rozwijania inteligencji emocjonalnej u dzieci przedszkolnych. Spotkania z rodzicami o charakterze warsztatowym w obszarach:</p> <ul style="list-style-type: none">• komunikacji z dzieckiem,• udzielania konstruktywnej pochwały,• ujednoczenia oddziaływań przedszkola i rodziców. <p>4. Dyskusja nt. w jaki sposób przeprowadzić mini-warsztaty z rodzicami? – „burza mózgów”.</p>		<ul style="list-style-type: none">• Dyskusja dotycząca wymiany doświadczeń.• Dyskusja z ekspertem.• Publikacja na forum indywidualnych ścieżek rozwoju i dyskusja.
REKOMENDACJE	W II roku funkcjonowania sieci można skupić się na działaniach praktycznych dotyczących zabaw i ćwiczeń ułatwiających kształtowanie inteligencji emocjonalnej, a w szczególności tych elementów, które są istotne w osiągnięciu dojrzałości szkolnej.		



Hanna Strojewska

Wielokulturowość w przedszkolu – jak włączyć dzieci z różnych kręgów kulturowych w edukację przedszkolną, jak przybliżyć przedszkolakom inne kręgi kulturowe

Grupa docelowa: Nauczyciele wychowania przedszkolnego

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci
<p>1. Integracja grupy, wprowadzenie do tematu. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> Omówienie i przybliżenie celów oraz założeń projektu „sietowego”. Ustalenie planu działania sieci. Dyskusja wokół tematów: <ul style="list-style-type: none"> wielokulturowość – moda czy konieczność? jak wygląda praca w grupie z dziećmi z innych kręgów kulturowych? konsekwencje migracji ludności dla polskiej edukacji: aspekt przenikania się kultur, niwelowania stereotypów. Przykład dobrej praktyki – modelowe zajęcia dla dzieci w wieku przedszkolnym: „Niezwyczajna podróż Muminków do kraju smoka – Wietnamu” – prezentacja scenariusza. Dyskusja na temat ww. zajęć – wspólne określenie celów i metod. Podsumowanie spotkania. 	<p><i>Podstawa programowa wychowania przedszkolnego dla przedszkoli, oddziałów przedszkolnych w szkołach podstawowych oraz innych form wychowania przedszkolnego.</i></p> <p>Kierunki polityki oświatowej państwa.</p> <p>Scenariusz zajęcia modelowego: <i>Podróż do kraju smoka – Wietnamu</i>, „Wychowanie w przedszkolu” II 2012, nr 2.</p> <p><i>Poznajemy Rosję</i> (cykl zajęć), „Wychowanie w przedszkolu” X 2012, nr 9.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Dyskusja na forum, wymiana doświadczeń. Zapoznanie na forum z ekspertem zaproszonym na kolejne spotkanie.

<p>2. Wielokulturowość w codziennej praktyce nauczyciela.</p> <p>(4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spotkanie z ekspertem: wielokulturowość i jej znaczenie dla edukacji przedszkolnej – zarys teoretyczny. 2. Panel dyskusyjny – nasze doświadczenia w pracy z dziećmi innego pochodzenia. 3. Praca w zespołach – konstruowanie modelu postępowania w grupie z dzieckiem z innego kręgu kulturowego i jego rodziną – wypracowanie schematu działań zawierającego m.in. współpracę przedszkola z rodzicami, zainteresowanie się specyfiką kraju, z którego pochodzi dziecko i jego rodzina. 4. Prezentacja ustaleń zespołów – dyskusja wokół modelu postępowania. 5. Podsumowanie spotkania. 	<p>Publikacja dr K. Kamińskiej: <i>W stronę wielokulturowości w edukacji przedszkolnej</i>, WSiP, Warszawa 2005.</p> <p>Model postępowania w grupie z dzieckiem z innego kręgu kulturowego.</p> <p>Opracowanie <i>Przygody innego</i>, czyli bajki w edukacji międzykulturowej: www.platformakultury.pl/files/2012-08-01/Przygody_Innego_Bajki_w_educacji_miedzykulturowej.pdf</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dyskusja na forum, wymiana doświadczeń. • Zapoznanie na forum z ekspertem zaproszonym na kolejne spotkanie. • Dyskusja na forum: wybór tematów na kolejne spotkanie, wymiana doświadczeń – dzielenie się własnymi pomysłami zajęć i zabaw. • Próby tworzenia scenariuszy zajęć edukacji międzykulturowej – do przedstawienia na kolejnym, 3. spotkaniu. • Tworzenie netoteki: linki do przydatnych stron z treściami wielokulturowymi, np.: www.omep.org.pl www.platformakultury.pl
<p>3. Konstruowanie cyklu zajęć.</p> <p>(4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Praca w zespołach tematycznych (kontynenty – Europa, Azja, Afryka, Ameryka) – wypracowanie schematu zajęć do realizacji tematu wielokulturowego z dziećmi w danej grupie wiekowej. 2. Scenariusze zajęć wielokulturowych – prezentacja scenariuszy opracowanych między spotkaniami przez chętnych uczestników. 3. Omówienie scenariuszy – odniesienie do wypracowanego schematu. 4. Podsumowanie warsztatu. 	<p>Schemat cyklu zajęć wielokulturowych – materiał szkoleniowy.</p> <p><i>Przedszkole otwarte na zmianę</i> – praca zbiorowa w ramach projektu „Inny nie znaczy obcy” TRAD Szansa, Warszawa 2012.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dyskusja na forum: wybór tematów na kolejne spotkanie, wymiana doświadczeń – dzielenie się własnymi pomysłami zajęć i zabaw. • Stworzenie bazy pomocy dydaktycznych do zajęć: gromadzenie zdjęć, rysunków, wierszy, piosenek itp. do wybranych podczas spotkania regionów – do wykorzystania na kolejnym, 4. spotkaniu.

<p>4. Wykorzystanie nowoczesnych technologii w kontekście wielokulturowości (prezentacje multimedialne).</p> <p>(4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dyskusja wokół tematów: <ul style="list-style-type: none"> • wykorzystanie nowoczesnych technologii w edukacji przedszkolnej wygodna, moda, czy znak czasu? • nowoczesne pomoce dydaktyczne. 2. Prezentacja multimedialna „Wietnam” – przykład dobrej praktyki. 3. Wyszczególnienie niezbędnych elementów prezentacji wielokulturowej w nawiązaniu do opracowanego na poprzednim spotkaniu schematu zajęć. 4. Praca w zespołach – przygotowanie prezentacji multimedialnej prezentującej wybrany region – omówienie warsztatów. 5. Podsumowanie prac zespołów – dzielenie się wrażeniami i sugestiami z przygotowania prezentacji. 	<p>Prezentacja multimedialna o Wietnamie: www.project.omep.org.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=70%3Az-jakiego-kraju-pochodzi-nasza-koleanka&lang=pl www.project.omep.org.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=70%3Az-jakiego-kraju-pochodzi-nasza-koleanka&lang=pl</p> <p>Schemat prezentacji.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dyskusja na forum: wybór tematów na kolejne spotkanie, wymiana doświadczeń – dzielenie się własnymi pomysłami zajęć i zabaw. • Stworzenie bazy prezentacji multimedialnych o wybranych regionach. • Przygotowanie do prezentacji na kolejnym, 5. spotkaniu zabawy, piosenki, tańca z wybranego regionu.
<p>5. Zabawy z innych stron świata – dzielenie się doświadczeniami.</p> <p>(4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zabawy z innych regionów świata – praca w zespołach. Prezentacja wybranych przez zespoły zabaw, tańców, piosenek, które można wykorzystać w pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym. 2. Podsumowanie i ewaluacja pracy w sieci 	<p>Np. wietnamski taniec z bambusami – instrukcja.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kontynuacja tematu w sieci, dalsza wymiana doświadczeń, grupa wsparcia.



Wielokulturowość w przedszkolu – jak włączyć dzieci z różnych kręgów kulturowych w edukację przedszkolną, jak przybliżyć przedszkolakom inne kręgi kulturowe

ZAŁĄCZNIK: materiał szkoleniowy

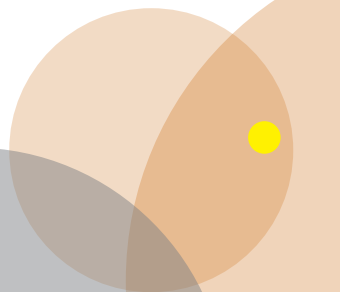
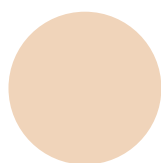
SCHEMAT ZAJĘĆ WIELOKULTUROWYCH

W cyklu zajęć dotyczących poznania innego kraju powinny znaleźć się niżej wymienione elementy:

1. umiejscowienie poznawanego kraju na mapie
2. wyodrębnienie kształtu danego kraju – zachęcenie dzieci do szukania skojarzeń, porównywanie kształtu
3. zaznaczenie najważniejszych miejsc – stolica, główna rzeka
4. zapoznanie z barwami narodowymi – flaga, godło, opcjonalnie hymn (porównanie z naszymi barwami i symbolami narodowymi)
5. pokazanie krajobrazów charakterystycznych dla danego regionu
6. zapoznanie z ludnością i językiem (podstawowe zwroty)
7. prezentacja strojów narodowych, warto zdobyć elementy stroju, żeby dzieci miały możliwość przymierzyć
8. prezentacja roślinności, zwierząt
9. charakterystyczne budowle i zabytki
10. warto poszukać legendy/ baśni z danego kraju np. dotyczącej powstania albo ważnego wydarzenia historycznego
11. działania plastyczne: wykonanie flagi, elementów strojów, malowanie krajobrazów itp.
12. taniec, wierszyk, piosenka, ciekawostki
13. charakterystyczne potrawy do spróbowania i wykonania przez dzieci

Dobrym i sprawdzonym sposobem jest przygotowanie prezentacji multimedialnej, która daje możliwość efektywnego prowadzenia zajęć z dziećmi. Jeśli mamy dziecko z innego kręgu kulturowego, postarajmy się włączyć jego rodzinę w organizację takich zajęć.

Pamiętajmy: rozbudzamy zainteresowania dzieci i podążamy za nimi.



Monika Czarnecka-Zreda

Współpraca nauczyciela z rodzicami – różne formy włączania rodziców w działania edukacyjno-wychowawcze przedszkola

Grupa docelowa: Nauczyciele wychowania przedszkolnego

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci
<p>1. Integracja grupy, wprowadzenie do tematu. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> Omówienie i przybliżenie celów oraz założeń projektu „sieciowego”. Ustalenie planu działania sieci. Dyskusja wokół tematów: <ul style="list-style-type: none"> współpraca z rodzicami: konieczność, przywilej czy sposób na podniesienie jakości pracy? nasze doświadczenia w kontaktach z rodzicami. Formy spotkań z rodzicami: zebranie i krótkie omówienie wszystkich występujących form współpracy z rodzicami na terenie przedszkola. Wpływ zaangażowania rodziców na funkcjonowanie dziecka i grupy – dyskusja wśród uczestników spotkania. Podsumowanie spotkania 	<p>Analiza dokumentów prawnych: podstawa programowa wychowania przedszkolnego, statuty przedszkoli, plany pracy przedszkola – m.in.: analiza zapisów dotyczących praw i obowiązków rodziców.</p> <p>Kierunki polityki oświatowej państwa</p>	<ul style="list-style-type: none"> Dyskusja na forum – wymiana doświadczeń. Zebranie ustaleń z pierwszego spotkania: formy współpracy z rodzicami, zalety współpracy przedszkola z rodzicami.

<p>2. Nauczyciel w kontakcie z rodzicem – budowanie autorytetu.</p> <p>(4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spotkanie z ekspertem – psychologiem z doświadczeniem w pracy z rodzicami i dziećmi w wieku przedszkolnym, nt.: „Budowanie autorytetu nauczyciela w kontaktach z rodzicami”. 2. Komunikacja interpersonalna, czyli jak rozmawiać z rodzicami. Przygotowanie się do rozmowy z rodzicami. 3. Praca w zespołach – konstruowanie schematu postępowania z rodzicami w różnych sytuacjach, np: <ul style="list-style-type: none"> • konieczność przekazania informacji o niewłaściwym zachowaniu się dziecka, • zebrania informacyjne. • rozmowy indywidualne, • zajęcia otwarte z udziałem rodziców, • zajęcia pokazowe dla rodziców. 4. Prezentacja ustaleń zespołów – dyskusja wokół wyników. 5. Podsumowanie spotkania. 	<p>Materiał edukacyjny zaproponowany przez eksperta.</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Andrzejewska J., <i>Wspieranie rozwoju dziecka poprzez współpracę nauczyciela z rodziną</i>, [w:] red. S. Guz, J. Andrzejewska, <i>Wybrane problemy edukacji dzieci w przedszkolu i szkole</i>, UMCS, Lublin 2005. • Babiuch M., <i>Jak współpracować z rodzicami trudnych dzieci?</i>, WSiP, Warszawa 2002. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dyskusja na forum: wybór tematów na kolejne spotkanie, wymiana doświadczeń – dzielenie się własnymi pomysłami zajęć i zabaw. • Próby tworzenie scenariuszy zajęć z rodzicami i dla rodziców – do przedstawienia na kolejnym, 3 spotkaniu • Tworzenie netoteki, linki do przydatnych stron.
<p>3. Konstruowanie zajęć z udziałem rodziców i dzieci.</p> <p>(4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Praca w zespołach: tworzenie modelowych scenariuszy na spotkania z udziałem rodziców: <ul style="list-style-type: none"> • zebranie rodziców (informacyjne, organizacyjne), • spotkanie tematyczne, np. wielkanocne, • spotkanie otwarte – pokazowe, • spotkania warsztatowe z czynnym udziałem rodziców. 	<p><i>Materiał szkoleniowy</i> – zajęcia otwarte z udziałem rodziców.</p> <p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendel M., <i>Rodzice i nauczyciele jako sprzymierzeńcy</i>, Harmonia, Gdańsk 2007. • <i>Zajęcia z udziałem rodziców</i>, „Wychowanie w przedszkolu” IX 2012, nr 8. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dyskusja na forum: wybór tematów na kolejne spotkanie, wymiana doświadczeń – dzielenie się własnymi pomysłami zajęć i zabaw. • Stworzenie bazy scenariuszy i pomocy dydaktycznych do spotkań z rodzicami i dla rodziców.

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Prezentacja scenariuszy zajęć z udziałem rodziców, opracowanych między spotkaniami przez chętnych uczestników. 3. Omówienie scenariuszy, podkreślenie ich mocnych i słabych stron – odniesienie do ustaleń z poprzednich spotkań. 4. Podsumowanie warsztatu 		<ul style="list-style-type: none"> • Tworzenie prezentacji multimedialnej na zajęcia dla rodziców prezentującej dokonania dzieci.
<p>4. Wykorzystanie nowoczesnych technologii w spotkaniach z rodzicami (prezentacje multimedialne). (4 godz. dydaktyczne)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dyskusja wokół tematów: <ul style="list-style-type: none"> • wykorzystanie nowoczesnych technologii do współpracy z rodzicami: motywacja, atrakcja czy konieczność? • strona internetowa przedszkola jako łącznik z rodzicami. 2. Prezentacja multimedialna – przykład dobrej praktyki przedstawiony przez chętnego uczestnika spotkania. 3. Walory edukacyjne prezentacji multimedialnej – dyskusja wokół tematu. 4. Praca w zespołach – przygotowanie prezentacji multimedialnej w programie Power Point na: <ul style="list-style-type: none"> • zebranie informacyjne, • spotkanie warsztatowe, • spotkanie pokazowe. 5. Podsumowanie prac zespołów – dzielenie się wrażeniami i sugestiami z przygotowywania prezentacji. 	<p>Literatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Garstka T., <i>Współpraca z rodzicami w szkole. Scenariusze zebrań, wskazówki do prowadzenia trudnych rozmów, materiały dla rodziców</i>, Raabe, Warszawa 2012. • Whalley M. i Zespół Pen Green Centre, <i>Jak włączyć rodziców do nauki dzieci?</i>, WSiP, Warszawa 2008. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dyskusja na forum: wymiana doświadczeń – dzielenie się własnymi pomysłami zajęć i zabaw. • Rozmowy na temat warsztatów – dzielenie się wrażeniami.

5. Harmonogram współpracy z rodzicami.

(4 godz. dydaktyczne)

1. Planowanie pracy przedszkola i grupy z uwzględnieniem współpracy z rodzicami – dyskusja wokół tematu.
2. Praca w zespołach: harmonogram współpracy z rodzicami na dany rok szkolny – zasady planowania, przykładowe zadania i tematy.
3. Dzielenie się ustaleniami zespołów, podkreślenie mocnych stron harmonogramów.
4. Podsumowanie i ewaluacja pracy w sieci.

Propozycje uczestników spotkania

Literatura:

- *Rodzice w przedszkolu. Organizacja spotkań. Wskazówki do prowadzenia rozmów. Scenariusze zabaw i uroczystości*, red. E. Czerwińska-Klemke, Raabe, Warszawa 2012

- Kontynuacja tematu w sieci, dalsza wymiana doświadczeń, grupa wsparcia.



Hanna Strojewska, Monika Czarnecka – Zreda

Współpraca nauczyciela z rodzicami – różne formy włączania rodziców w działania edukacyjno–wychowawcze przedszkola

ZAŁĄCZNIK: materiał szkoleniowy

WSPÓŁPRACA PRZEDSZKOLA Z RODZICAMI. ZAJĘCIA OTWARTE Z UDZIAŁEM RODZICÓW W PRZEDSZKOLU.

Zajęcia otwarte, to najlepsza forma włączenia rodziców w życie przedszkola. Podczas nich każdy rodzic ma niepowtarzalną okazję do bezpośredniej obserwacji swojego dziecka na tle rówieśników, do wspólnej zabawy i pracy ze swoim dzieckiem, a także poznania kolegów i rodziców innych dzieci. Jest to również okazja do poznania wielu metod i form pracy wykorzystywanych przez nauczycielki w przedszkolu. Aby zajęcia otwarte były atrakcyjne dla dzieci i rodziców, sprawiały uczestnikom radość, każdy nauczyciel musi się do nich bardzo dobrze przygotować. Tak przygotować, żeby żadna sytuacja go nie zaskoczyła, a wszystkie zaplanowane działania przebiegały sprawnie.

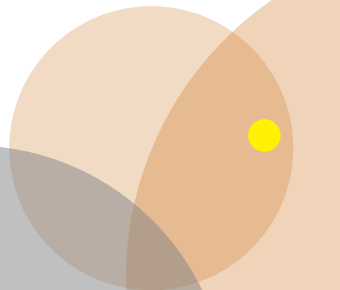
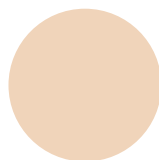
Zapraszając rodziców na zajęcia, w ogłoszeniu z dokładną datą i godziną warto poprosić o przyniesienie ze sobą: dobrego humoru, wygodnego stroju i obuwia! / *takie dodatkowe informacje są bardzo ważne, gdyż nieodpowiedni strój (np.: elegancki garnitur, wąska spódnica), czy obuwie (szpilki) mogą uniemożliwić rodzicowi wzięcie bezpośredniego udziału.*

Od wielu już lat prowadząc spotkania z rodzicami staramy się tak je organizować, by rodzice byli równoprawnymi uczestnikami. Forma zajęć „rodzic – obserwator” wydaje nam się mało atrakcyjna i rzadko stosujemy ją w naszej pracy.

A oto kilka sprawdzonych rad na udane spotkania z rodzicami

- dokładnie przemyśl i zaplanuj zajęcia /zaplanuj działania dla dzieci – zaprezentowanie rodzicom osiągnięć dzieci; zaplanuj działania dla rodziców – dzieci są obserwatorami, zaplanuj wspólne działania dla dzieci i rodziców/
- przygotuj wcześniej wszystkie niezbędne materiały, które będziesz wykorzystywać podczas spotkania
- ustal termin spotkania / umieść informację na tablicy ogłoszeń przynajmniej na tydzień wcześniej – przecież rodzice pracują, mają swoje plany itp. W zależności od rodzaju spotkania podaj dodatkowe informacje dotyczące np. ubioru/
- upewnij się czy do każdego dziecka ktoś przyjdzie / jeśli nie mogą rodzice niech przyjdzie w zastępstwie ktoś bliski dziecku: starsze rodzeństwo, dziadkowie, ciocie. **Dziecko, do którego nikt nie przyjdzie może czuć się odrzucone, niekochane – będzie to dla niego smutna zabawa!**
- zaangażuj dzieci – one będą przypominać w domu o spotkaniu
- nie zdradzaj dzieciom i rodzicom „tajemnic” spotkania – przecież wszyscy lubimy być mile zaskakiwani
- miej dobry humor, bądź pozytywnie nastawiona /ma to ogromny wpływ na wszystkich uczestników/
- jeśli coś nie wyjdzie, o czymś zapomnisz – **Pamiętaj! Wiesz o tym tylko ty, pozostali będą sądzić, że tak miało być.**

Życzymy miłej zabawy i pracy
z dziećmi i rodzicami.



Jak skutecznie i efektywnie radzić sobie ze stresem informacyjnym?¹

Grupa docelowa: Specjaliści pomocy psychologiczno-pedagogicznej

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci
<p>1. Organizacja współpracy w sieci.</p> <p>Stres informacyjny, jako odmiana stresu cywilizacyjnego i jeden z negatywnych skutków postępu technologicznego.</p> <p>(4 godz. dydakcyjne)</p>	<p>1. Omówienie celów i założeń projektu sieciowego:</p> <ul style="list-style-type: none"> • określenie obszarów samokształcenia, • ustalenie zasad współpracy i komunikowania się, • opracowanie planu działania sieci. <p>2. Doświadczenia człowieka żyjącego w świecie nadmiaru informacji:</p> <ul style="list-style-type: none"> • własne doświadczenia w doznawaniu nadmiaru informacji, • wypowiedzi i odczucia uczniów z różnych etapów kształcenia świadczące o stresie informacyjnym. <p>3. Dyskomfort towarzyszący zalewowi informacji na tle innych przykrości życia codziennego (pośpiech, hałas, spiętrzenie zadań):</p> <ul style="list-style-type: none"> • najważniejsze niedogodności uczestników procesu edukacji, • odróżnienie stresu informacyjnego od innych rodzajów stresu. 	<p>Załącznik nr 1 – wprowadzenie teoretyczne, komentarz do spotkania pierwszego.</p> <p>Bibliografia²:</p> <ul style="list-style-type: none"> • *Levinson P., <i>Miękkie ostrze</i>, Wydawnictwo Muza, Warszawa 1999. • *Morbitzer J., <i>Edukacja wspierana komputerowo a humanistyczne wartości pedagogiki</i>, Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków 2007. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utworzenie grupy na platformie internetowej. • Internetowa dyskusja na temat jednostronności ujmowania skutków rozwoju technologicznego (branie pod uwagę wyłącznie udogodnień lub tylko niebezpieczeństw i zagrożeń). • W podsumowaniu zbiorów różnych argumentów. • Przegląd oraz ocena statusu i wartości poznawczej pozycji drukowanych oraz tekstów używanych w sieci, dotyczących stresu informacyjnego. Czy mamy do czynienia z nadprodukcją informacji w tej dziedzinie? • W podsumowaniu zasób materiałów do wykorzystania.

¹ Opracowanie dr hab. M. Ledzińskiej, prof. UW, udostępnione wyłącznie do wykorzystania przez grupy samokształceniowe.

² Pozycje zaznaczone * są szczególnie polecane. W załączniku nr 2 zamieszczono pełną listę lektur rekomendowanych przez eksperta.

2. Istota i geneza przeciążenia informacyjnego w świetle psychologicznych studiów nad stresem.
(4 godz. dydaktyczne)

1. Popularność pojęcia „stres” we współczesnym języku:
 - słowo „stres” w języku uczniów i nauczycieli – egzemplifikacje; kiedy i jak często używamy tego słowa, co się pod nim kryje, jakie oznacza myśli, emocje i zachowania.
2. Wybrane koncepcje psychologiczne
 - omówienie propozycji teoretycznej R. Lazarusa i S. Folkman,
 - ogniwa stresu – źródła, dominujący sposób interpretacji sytuacji przez jednostkę, style radzenia sobie.
3. Specyfika stresu informacyjnego:
 - przykłady zjawiska dużej liczby szybko emitowanych informacji – ilustracja zjawiska,
 - bariery systemu poznawczego (uwagi i pamięci) – ograniczone możliwości odbioru i przetworzenia dopływających informacji.

Załącznik nr 1 – komentarz do spotkania drugiego.

Bibliografia:

- *Heszen-Niejodek I., *Teorie stresu psychologicznego i radzenia sobie*, [w:] *Psychologia. Podręcznik akademicki*, red. J. Strelau, t. 2, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2000, s. 465–492.
- *Lazarus R., *Ocena poznawcza*, [w:] *Natura emocji*, red. P. Ekman i R. Davidson, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1999.
- *Ledzińska M., *Człowiek współczesny w obliczu stresu informacyjnego*, Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN, Warszawa 2009.
- *Ledzińska M., *Młodzi dorośli w dobie globalizacji*. Szkice psychologiczne, Difin, Warszawa 2011.

- Dyskusja wokół tematów:
 - potoczne i naukowe rozumienie stresu psychologicznego,
 - klasyfikacja rodzajów stresu ze względu na dominujące emocje: przykłady eustresu (stres z przewagą emocji o pozytywnym znaku) i dystresu (obecność emocji o ujemnym znaku) w codziennym życiu zawodowym oraz pozazawodowym,
 - „ilościowe i jakościowe” cechy informacji jako przyczyny stresu.
- Opracowanie I modułu scenariusza zajęć z nauczycielami (z wykorzystaniem wniosków z dyskusji).

3. Przejawy stresu wywołanego informacyjnym przeciążeniem i ich wybrane skutki psychologiczne.
(4 godz. dydaktyczne)

1. Stres psychologiczny w doświadczeniu jednostkowym:
 - myśli i emocje towarzyszące stresowi – wymiana doświadczeń oraz rejestr wypowiedzi: jak zachowuję się w stresie?, jaki jest wzór reakcji stresowych u innych osób?
 - symptomy stresu życiowego przeżywanego przez uczniów (przejawy, wskaźniki, reakcje otoczenia, w tym rodzaj udzielonego wsparcia).

Bibliografia:

- *Hobfoll S.E., *Stres, kultura i społeczność*. *Psychologia i filozofia stresu*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2006.
- *Katra G., „Co przeżyłem?” *Kwestionariusz do badania doświadczeń*, „Psychologia Wychowawcza” 1995, nr 38, s. 440–448.

- Dyskusja na podstawie studiów przypadków:
 - skutki „smogu” informacyjnego (przykłady dezorientacji poznawczej, chaosu w umysłach uczniów),
 - przejawy „zaczadzenia” pod wpływem treści zagrażających rozwojowi: agresja, nienawiść, pornografia itp.
- Opracowanie II modułu scenariusza zajęć z nauczycielami:

	<p>2. Stres wywołany przeciążeniem umysłu (nadmiarem treści) – perspektywa uczniów</p> <ul style="list-style-type: none"> • rejestr zachowań i wypowiedzi uczniów świadczących o przeciążeniu umysłu (np. uwagi, narzekanie, utrata zainteresowania), • rejestr objawów, fizycznych skutków „przeładowania” – chroniczne zmęczenie, zaburzenia snu itp. 	<ul style="list-style-type: none"> • *Paris S.G., Ayres L.R., <i>Stawanie się refleksyjnym uczniem i nauczycielem</i>, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1997. 	<ul style="list-style-type: none"> - współczesne środki przekazu jako źródła potencjalnego przeciążenia, - czy w pracy dydaktycznej nie przyczyniam się do przeciążania umysłu ucznia? (zbyt obszerny materiał, oczekiwanie szczegółów, krótki czas przeznaczony na przygotowanie zadania), - kiedy chronić ucznia przed przeciążeniem informacyjnym? – sygnały zagrożenia.
<p>4. Sposoby radzenia sobie z info-stresem na przykładzie wybranych strategii poznawczych. (4 godz. dydaktyczne)</p>	<p>1. Niezwykły charakter wybierania czyli selekcji:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „wybieraj albo giń” – wiedza i system wartości jako źródła kryteriów selekcji, • kształtowanie umiejętności wyboru jako jedno z zadań edukacji trwającej całe życie, • znaczenie asertywności w wyborze informacji . <p>2. Nadawanie struktury jako strategia redukcji informacji:</p> <ul style="list-style-type: none"> • porządkowanie (organizowanie) wyselekcjonowanych treści, • sposoby „ścieśniania” danych (tworzenie planu do tekstu, kreślenie schematów) itd., • różnice indywidualne w nadawaniu struktury – potrzeba „poznawczego domknięcia”. 	<p>Załącznik nr 1 – komentarz do spotkania czwartego.</p> <p>Bibliografia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • *Czerniawska, E., Ledzińska, M., <i>Jak się uczyć</i>, Wydawnictwo Park Edukacja Bielsko Biała 2007. • *Jagodzińska M., <i>Psychologia pamięci. Badania, teorie, zastosowania</i>, Helion Gliwice 2008. • *Kossowska M., <i>Umysł niezmienny. Poznawcze mechanizmy sztywności</i>, Wydawnictwa Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2005. • *Ledzińska M., Czerniawska E., <i>Psychologia nauczania. Ujęcie poznawcze</i>, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2011. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wymiana doświadczeń z obszaru inicjatyw ukierunkowanych na trenowanie umiejętności selekcji informacji. Czy zwracamy uwagę na potrzebę wyboru? • Próby zespołowego wypracowania strategii zorientowanych na kształtowanie umiejętności wyboru treści i ich syntezy w konkretnych przypadkach. • Opracowanie scenariusza III modułu zajęć z nauczycielami: <ul style="list-style-type: none"> - Czy zwracam uwagę na potrzebę wyboru? - Czy na lekcjach z przedmiotu, w zespole klasowym, w ramach przekazu treści programowych trenuję strategie wyboru (marginalizowanie szczegółów, poszukiwanie istoty przekazu itp.)? - Czy trenuję strategie redukcji informacji, np. nadawanie struktury treściom przedmiotowym?

5. Strategie zapobiegania stresowi informacyjnemu - znaczenie celowej aktywności człowieka w dobie nadprodukcji informacji.

(4 godz. dydaktyczne)

1. Racjonalnie korzystanie z osiągnięć współczesnej techniki:
 - dwa filary edukacji medialnej:
 - a) techniczny – obsługa urządzeń,
 - b) psychologiczny – korzystanie z nowoczesnej techniki poddane samokontroli i samoregulacji,
 - monitorowanie własnych działań pod kątem wyboru i dochodzenia do celu.
2. Wybrane zagrożenia i niebezpieczeństwa egzystencji w świecie zaawansowanej techniki i technologii:
 - wzrost popularności kultury ksero,
 - gloryfikowanie techniki,
 - utrata kontroli sprawowanej nad czasem i sposobem korzystania z komputera podłączonego do sieci.
3. Podsumowanie i ewaluacja działań zrealizowanych w sieci.

Bibliografia:

- *Edukacja. Jest w niej ukryty skarb. Raport dla UNESCO Międzynarodowej Komisji ds. edukacji dla XXI wieku, red. J. Delors, Wydawnictwo UNESCO, Stowarzyszenie Oświatowców Polskich, Warszawa 1998.
- *Drucker P., *Społeczeństwo pokapitalistyczne*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1999, rozdz. 10–12.
- *Eco U., *O bibliotece, Świat Książki*, Warszawa 2007.
- *Morbitzer J., *W stronę przyszłej edukacji medialnej*, [w:] *Edukacja jutra*, red. K. Denek, T. Koszycz, W. Starościk, t. 2, Wydawnictwo AWF, Wrocław 2009, s. 69–76.

Opracowanie scenariusza IV modułu zajęć z nauczycielami:

- Przygotowanie do wspierania uczniów
 - Czy przeciwdziałam upowszechnianiu się praktyk określanych przez U. Eco jako kultura ksero? Jak to robię?
 - Czy znajduję czas, aby w ramach własnych (przedmiotowych) zajęć ćwiczyć umiejętności pogłębionego rozumienia nowych informacji i wiązania ich z dotychczasową wiedzą?
 - Czy kształtuję umiejętności metapoznawcze, na które składa się:
 - a) planowanie działań,
 - b) planowanie czasu,
 - c) monitorowanie wykonywanych czynności (samokontrola)?
 - Czy nagradzam za przejawy metapoznania, czyli zachowania świadczące o przejmowaniu przez uczniów odpowiedzialności za uczenie się?
- Przygotowanie do dyskusji z uczniami na temat użyteczności i niewystarczalności powielania materiałów dydaktycznych, podkreślanie potrzeby pozyskiwania oraz przetwarzania danych.

REKOMENDACJE

W II roku funkcjonowania sieci warto skupić się na praktycznych działaniach – zajęciach warsztatowych. Propozycja działań na kolejny rok powinna być efektem przemyśleń i oczekiwań uczestników sieci.

Jak skutecznie i efektywnie radzić sobie ze stresem informacyjnym?

ZAŁĄCZNIK 1: materiał szkoleniowy

STRES INFORMACYJNY – ISTOTA, GENEZA, SPOSOBY RADZENIA SOBIE I PRZECIWDZIAŁANIA

A. WPROWADZENIE TEORETYCZNE

Merytoryczną podstawę programu stanowi model teoretyczny i wyniki badań autorki, opublikowane w monografiach: *Człowiek współczesny w obliczu stresu informacyjnego* (2009) oraz *Młodzi dorośli w dobie globalizacji. Szkice psychologiczne* (2011). Program ma zatem charakter autorski i **może zostać wykorzystany przez uczestników grup samokształceniowych**, specjalistów zajmujących się pomocą psychologiczno-pedagogiczną, psychologów i pedagogów, a także nauczycieli zainteresowanych zjawiskiem stresu informacyjnego. Główne założenia zamieszczone są, jako ekspertyza, w podręczniku pod redakcją I. Heszen-Niejodek (Wydawnictwo Naukowe PWN, 2012).

Definicja zjawiska i jego teoretyczne zakotwiczenie

Nowe środowisko życia – dodatkowy stres

Żyjemy w czasie przemian ogólnoswiatowych nazywanych globalizacją. Oceniając następstwa dokonujących się zmian, wielu badaczy używa określenia **ambivalentne**. Czynił tak m.in. McLuhan, bilansujący zyski i straty ekspansji technologicznej. Korzystne rezultaty nazwał „prawem wzmocnienia i odzyskania”, zaś skutki niekorzystne „prawem zanikania oraz odwrócenia”. Nawiązujemy do tej taksonomii, wskazując na nowe źródła stresu, związane z nieracjonalnym korzystaniem z nowoczesnej techniki. W analizach odwołujemy się do stanowisk poznawczych.

Współczesny człowiek nie różni się pod względem wyposażenia psychofizycznego od swych przodków. Ograniczenia poznawcze ludzkiego umysłu wiążą się z funkcjonalnymi właściwościami uwagi i pamięci. Tymczasem mózg nasz jest dzisiaj stymulowany licznymi, szybko emitowanymi informacjami. Istotne są nie tylko liczba informacji i tempo transmisji, ale także ich stosunek do treści. Wiele osób traktuje informację jako wartość nadrzędną, usilnie jej poszukuje, przyjmuje w sposób bezkrytyczny, a nawet utożsamia z wiedzą. Nadprodukcja informacji to jeden z przykładów „efektu odwrócenia”, egzemplifikacja stwierdzenia, że technika (a właściwie jej nieracjonalne użytkowanie) obraca się niekiedy przeciwko człowiekowi.

Przeciążenie umysłu (*overload*) interesowało od lat psychologów różnych orientacji badawczych. Kiedyś zajmowali się nim w laboratoriach, w sytuacjach eksperymentalnych. Współcześnie poznaje się to zjawisko także w warunkach naturalnych, traktując taką próbę jako rodzaj indywidualnego doświadczenia i interpretując syndrom – między innymi – w kategoriach stresu. Treści przedkładanego programu stanowią zarówno w warstwie idei, teoretycznych poszukiwań i interpretacji, jak i zadań proponowanych uczestnikom grup samokształceniowych, formę popularyzacji wiedzy z obszaru psychologii poznawczej, różnicowej i edukacyjnej. Przedstawiciele psychologii poznawczej koncentrują się na ogólnych prawidłowościach przetwarzania informacji, psychologia różnic indywidualnych bada uwarunkowania indywidualnej odporności na przeciążenie informacyjne, a psychologia edukacyjna poszukuje sposobów i strategii postępowania, za pomocą których i nauczyciele, i uczniowie mogą radzić sobie z zalewem informacji, z wyborem źródeł i porządkowaniem dopływających do nas informacji.

Jak powstaje stres informacyjny?

Znajomość mechanizmów i reguł sterujących ludzkim zachowaniem ułatwi nam zrozumienie genezy info-stresu. Piszą o nich przedstawiciele różnych dyscyplin, posługując się odmiennymi terminami. Punktem wyjścia niech będzie dla nas podstawowa zasada życia, jaką jest wymiana energii, materii i informacji, nazywana w medycynie – z inicjatywy prof. Antoniego Kępińskiego – metabolizmem energetyczno-informacyjnym. **Info-stres rodzi się w sytuacjach zakłócenia cyklu metabolicznego, czyli wymiany informacji, gdy faza ich pobierania jest zbyt długa w stosunku do czasu przetwarzania.** Psychologowie wyodrębniają niższe (popędowo-emojonalne) oraz wyższe (racjonalno-wolicjonalne) mechanizmy regulacji tego procesu. Te ostatnie to przede wszystkim sieć poznawcza (obraz siebie i świata) i sieć (system) wartości. Umożliwiają nam one orientację w otoczeniu i ułatwiają selekcję informacji, dostarczając kryteriów wyboru. Stres informacyjny powstaje

w sytuacjach deprywacji potrzeby orientacyjnej, jednej z odmian potrzeby poznawczej, kiedy gubimy się w zalewie informacji, nie wiemy jak jest, czym się kierować, które informacje są ważne i w efekcie nie możemy podjąć właściwej decyzji. Istotną rolę odgrywa też sfera afektywna. Wymiana informacyjna sprzężona jest bowiem z emocjami. Porządkowaniu informacji towarzyszą pozytywne emocje. Natomiast nieporządek, chaos, brak możliwości scalenia zbyt licznych danych wywołuje stan rozdrażnienia, niepokoju. W dzisiejszych czasach często doświadczamy takich sytuacji, korzystając z internetu zarówno w pracy, jak i w kontaktach społecznych.

Stres informacyjny jako przedmiot własnych badań (Ledzińska, 2009)

W swoich badaniach skoncentrowałam się na diagnozie intensywności doznań wyróżnionej przeze mnie postaci stresu oraz na poznaniu tych cech osoby, które korelują z siłą stresu. Poszukiwałam specyficznych własności sylwetki psychologicznej osób różniących się mocą doświadczanego stresu. W tym celu stworzyłam autorski Kwestionariusz Siły Doznań Stresu Informacyjnego (KSDSI). Kwestionariusz ma właściwe parametry psychometryczne. Zastosowano je w serii badań z udziałem kilkuset młodych dorosłych osób. Przewidywano, że istnieje zróżnicowanie między badanymi w natężeniu doznawania stresu i decyduje o nich konfiguracja właściwości poznawczych (preferowany sposób przetwarzania informacji), metapoznawczych (poznawczy mechanizm kontroli) oraz energetycznych (temperamentalnych). Sposób przetwarzania informacji, mechanizmy kontroli i cechy temperamentu traktowano, jako zasoby jednostki. Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono, że silny stres informacyjny jest udziałem osób o mniejszych zasobach identyfikowanych w trzech wymienionych sferach. Ustalono, że energetycznym korelatem silniejszego stresu jest wysoka reaktywność emocjonalna i perseweratywność (są to współwyznaczniki małych możliwości przetwarzania dostarczanego materiału stymulacyjnego) oraz nieefektywna (słaba, chwiejna lub sztywna) kontrola. Sposoby radzenia sobie ze stresem, wywołanym nadprodukcją informacji, wiążą się przede wszystkim ze zwiększeniem zasobów osobistych. Szczególne znaczenie wydaje się mieć opanowanie takich umiejętności poznawczych, jak strategie selekcji i redukcji danych oraz takich umiejętności metapoznawczych, jak wiązanie poszukiwania informacji z precyzyjnie sformułowanym celem, poddawanie kontroli myślenie, działanie i emocje.

Punktem wyjścia pracy samokształceniowej pozostaje stwierdzenie, że nie możemy dziś żyć bez obiegu informacji i stojącego za nim technologicznego zaplecza. Równocześnie jednak lawinowy wzrost liczby danych, zwiększenie doń dostępu, łatwość magazynowania i duża szybkość transmisji stwarzają różnorodne problemy psychologiczne. Ich źródłem jest przede wszystkim, ale nie wyłącznie, dysproporcja między znaczną liczbą nieustannie emitowanych informacji, dużym tempem przekazu i ograniczonymi możliwościami ludzkiego umysłu. I choć znane przysłowie głosi, że od przybytku głowa nie boli, to w odniesieniu do nadprodukcji treści wydaje się ono zdecydowanie nieprawdziwe. Informacyjny zalew stanowi bowiem dla wielu – dosłownie i w przenośni – przyczynę bólu głowy. Bywa, że z trudem znajdujemy odpowiedź na pytanie o to, które spośród docierających do nas danych są ważne, prawdziwe, potrzebne. Jest to przykład zjawisk ujętych przez McLuhanowskie prawo odwrócenia. Nowoczesna technika – oprócz oczywistych udogodnień i ułatwień – stwarza także liczne wyzwania oraz zagrożenia. Stres informacyjny jest jednym z wyzwań (dla starszych) i zagrożeń (dla młodszych).

Poznawcze i praktyczne cele proponowanych zajęć

Cele proponowanych zajęć precyzują następująco:

- uświadomienie rangi i skali zjawiska, jakim jest nadprodukcja informacji, odnoszona do możliwości ich przetworzenia przez umysł,
- uświadomienie faktu narastania zjawiska *overload* jako niekorzystnego dla funkcjonowania i rozwoju człowieka niezależnie od wieku,
- pogłębienie rozumienia genезy i specyfiki infostresu jako jednego z negatywnych następstw ekspansji technologicznej, przy obecności wielu skutków pozytywnych obecności nowoczesnej techniki w codziennym życiu współczesnych ludzi,
- opisanie różnicy między informacjami, a wiedzą jako zachętą do edukacji rozwijającej umiejętności metapoznawcze (refleksję na temat poznawania),
- uwypuklenie znaczenia podstawowej aktywności poznawczej, jaką stanowi selekcjonowanie informacji,
- wyeksponowanie przydatności podporządkowania poszukiwanych informacji celom podmiotu.

B. KOMENTARZE WPROWADZAJĄCE DO KOLEJNYCH SPOTKAŃ

1. Komentarz wprowadzający do spotkania pierwszego

Zmierzamy do ukazania ambiwalentnych, dwuwartościowych skutków obecności nowoczesnej techniki w naszym życiu. Jest to postawa wyważona między tą wyraźnie pozytywną, a akcentującą wyłącznie zjawiska negatywne (tzw. techno pesymizm). Ważna jest owa świadomość dwoistości następstw wkraczania techniki w nasze życie, ze względu na niemal powszechne jej użytkowanie, zwłaszcza przez młode pokolenie – dzieci i młodzież. W toku dalszych zajęć skoncentrujemy się jedynie na zjawiskach niekorzystnych dla psychologicznego funkcjonowania człowieka. Warto jednak pamiętać o efektach pozytywnych i dobrych stronach postępu technicznego. Warto także zdać sobie sprawę, że zmiany następują bardzo szybko i nie wszystkie ich skutki możemy przewidzieć.

2. Komentarz wprowadzający do spotkania drugiego

Stres związany jest z codziennym życiem i dotyka każdego człowieka. Można zatem wskazać na liczne jego przyczyny. Różnorodność potencjalnych stresorów jest faktem oczywistym, podobnie liczne są próby ich klasyfikacji. Podstawę istniejących taksonomii stanowią odmienne kryteria, ale trzy z nich wymienia się najczęściej. Oto one: siła oraz zakres oddziaływania, czas trwania, możliwość sprawowania kontroli. Kontrolowalność definiuje się jako zależność występowania stresora od celowego działania osób. Nie mamy wpływu na śmierć bliskich, pewne rodzaje chorób (np. rozwijające się w ukryciu choroby psychiczne), zjawiska atmosferyczne (huragany występujące na niektórych szerokościach geograficznych, trzęsienia ziemi, wybuchy wulkanów). Do wydarzeń kontrolowalnych zaliczyć można – oparte na przewidywaniach – zapobieganie schorzeniom, ich prawidłowe leczenie itp. Codzienne doświadczenie uczy, że kontrola wielu wydarzeń stresowych nie jest możliwa. Michio Kaku zawarł w swych głośnych *Wizjach*, wydanych w 2000 roku, przekonanie o rychłej i skutecznej możliwości kontrolowania – dzięki najnowszym wynalazkom technicznym – świata przyrody. Niszczące żywioły – wywołane podziemnym trzęsieniem ziemi fale tsunami, huragany – przekonują o tym, jak daleko nam do realizacji tego życzenia. Jesteśmy w stanie sprawować kontrolę jedynie w ograniczonym zakresie, w określonym czasie i pod pewnymi względami. Taka możliwość jest jednak istotna dla sposobu zmagania się ze stresem.

Charakterystyka dokonywana w wymiarze czasowym pozwala wyodrębnić cztery rodzaje stresorów: a) wydarzenia epizodyczne, jednorazowe i krótkotrwałe, b) zdarzenia cykliczne, powtarzające się regularnie, c) stresory chroniczne, działające stale i stanowiące źródło nieustannych napięć, d) wydarzenia o charakterze sekwencji, kiedy stresor wywołuje ciąg, serię przykrych wydarzeń.

Najbardziej znana klasyfikacja źródeł stresu, ustalona ze względu na ich intensywność, pozwala mówić o:

- wydarzeniach dramatycznych o rozmiarach katastrof lub kataklizmów, dotykających duże zbiorowości. Jako przykład niech posłużą: wojny, klęski żywiołowe, katastrofy komunikacyjne, pandemie, ataki terrorystyczne. Zagrożają one zdrowiu lub życiu, zaskakują, zmuszają do wielkiego wysiłku, zostawiają ślad w psychice. W literaturze pisze się w związku z tym o stresie ekstremalnym, traumatycznym, poświęca się mu w ostatnim dziesięcioleciu dużo miejsca (stres wypadkowy, pola walki itp.);
- poważnych wyzwaniach i zagrożeniach odnoszących się do jednostek lub kilku osób. Te tzw. stresory o średniej sile wynikają zazwyczaj ze zmian życiowych. Ważne zmiany (zawarcie małżeństwa, narodziny dziecka, przeprowadzka, nowe miejsce lub charakter pracy) wiążą się niezmiennie z wysiłkiem przystosowania. Należy pamiętać, że stres życia towarzyszy nie tylko zmianom niekorzystnym, ale także tym przyjemnym, ale silnie ekscytującym, jak awans, znaczna wygrana itp.;
- drobnych niedogodnościach codziennego życia (Lazarus i Folkman, 1984), do których zalicza się nieuchronne międzyludzkie napięcia w rodzinie bądź miejscu pracy, ciasnotę mieszkań, komunikacyjny tłok, hałas, pośpiech. Powszechność występowania każe brać je pod uwagę w podejmowanych analizach naukowych. Według przedkładanej propozycji teoretycznej, stres wywołany nadprodukcją informacji mieści się w tej kategorii.

3. Komentarz wprowadzający do spotkania czwartego

W praktyce życia codziennego szczególnie istotną kwestią pozostaje rozpoznanie dominujących sposobów radzenia sobie ze stresem (także informacyjnym). Jak w przypadku każdej diagnozy, tak i tu pomiar jest trudny, m.in. ze względu na wielość odmian stresu, jego źródła i znaczenie psychologiczne. Wśród popularnych narzędzi znajduje się m. in. Kwestionariusz Sposobów Radzenia Sobie (WCQ), opracowany przez Lazarusa i Folkmana, adaptowany do warunków polskich. Autorzy wyodrębnili dwa istotne kryteria: modalność radzenia sobie (wysiłki poznawcze i behawioralne) oraz funkcjonalność (ukierunkowanie na rozwiązanie problemu lub regulację emocji). Z kolei R. Moss stworzył na tej podstawie taksonomię czterech rodzajów strategii radzenia sobie i autorski inwentarz *Coping Responses Inventory*.

Do czołowych badaczy stresu należą niewątpliwie N. Endler i J. Parker, zainteresowani *copingiem* i podkreślający złożony charakter tego procesu. Badacze stworzyli oryginalną koncepcję stylów radzenia sobie i znane w świecie narzędzie – kwestionariusz *Coping Inventory of Stressful Situations* – przystosowany także do warunków polskich. Jest on jednak narzędziem pracy wyłącznie psychologa. Przywoływane poniżej dane szczegółowe służą orientacji w specyfice koncepcji i narzędzia, mogą też ułatwić zrozumienie istoty głównych technik zaradczych.

Trzy główne skale pozwalają różnicować ludzi ze względu na sposób (styl), w jaki radzą sobie ze sytuacjami stresowymi.

Styl skoncentrowany na zadaniu (SSZ) cechuje osoby traktujące sytuacje trudne jako problem do rozwiązania. Zmierzają one do „poznawczego ogarnięcia” sytuacji, zrozumienia jej istoty, aktywnie poszukują sposobów wyjścia z niej. Akcentują zatem potrzebę planowania działań i samo działanie, mając na uwadze przezwyciężenie istniejących trudności.

Styl skoncentrowany na emocjach (SSE) cechuje jednostki, które doświadczając stresu koncentrują się na sobie, zwłaszcza na przeżyciach emocjonalnych. Ponieważ przeżycia owe dotyczą sytuacji problemowej, więc mają najczęściej charakter negatywny. Przejawiają się w postaci złości, poczucia winy, lęku, niepewności. Osoby z predyspozycją do radzenia sobie według wzoru emocjonalnego przejawiają nadto tendencję do myślenia życzeniowego i snucia fantazji niwelujących przykre napięcie.

Styl skoncentrowany na unikaniu (SSU) określa ludzi, którzy w trudnych sytuacjach starają się ominąć problemy, unikając myślenia o nich i ich doświadczania. Wyróżnia się dwie jego formy. Jedna polega na angażowaniu się w czynności zastępcze (ACZ), np. oglądanie telewizji, objadanie się, spanie itp., druga na poszukiwaniu kontaktów towarzyskich (PKT). Istotą działań charakterystycznych dla PKT pozostaje wystrzeganie się sytuacji stresującej poprzez zwiększenie intensywności kontaktów społecznych.

Maria Ledzińska

Jak skutecznie i efektywnie radzić sobie ze stresem informacyjnym?

ZAŁĄCZNIK 2: bibliografia

1. SPOTKANIE

Goban-Klas T., *Cywilizacja medialna*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 2005.

Kretschman R., *Stres w zawodzie nauczyciela*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2003.

Kuligowski W., *Internet: ziemia obiecana czy post coitum triste*, „Kultura i Społeczeństwo” 2002, nr 46, s. 92–101.

Lem S., *Bomba megabitowa*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1999.

*Levinson P., *Miękkie ostrze*, Wydawnictwo Muza, Warszawa 1999.

Wybór tekstów, red. M. McLuhan, F. Zingrone, Zys i S-ka, Poznań 2001.

*Morbitzer J., *Edukacja wspierana komputerowo a humanistyczne wartości pedagogiki*, Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków 2007.

Postman N., *Technopol. Triumf techniki nad kulturą*. Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1995.

Sieńko M., *Człowiek w pajęczynie. Internet jako zjawisko kulturowe*, Oficyna Wydawnicza Atut, Wrocław 2002.

2. SPOTKANIE

Bobryk J., *Świadomość człowieka w epoce mediów elektronicznych*, Polskie Towarzystwo Semiotyczne, Warszawa 2004.

*Heszen-Niejodek I., *Teorie stresu psychologicznego i radzenia sobie*, [w:] *Psychologia. Podręcznik akademicki*, red. J. Strelau, t. 2, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2000, s. 465–492.

*Lazarus R., *Ocena poznawcza*, [w:] *Natura emocji*, red. P. Ekman, R. Davidson, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1999.

*Ledzińska, M., *Człowiek współczesny w obliczu stresu informacyjnego*, Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN, Warszawa 2009.

*Ledzińska, M., *Młodzi dorośli w dobie globalizacji. Szkice psychologiczne*, Difin, Warszawa 2011.

Levinson J., *Miękkie ostrze*, Wydawnictwo Muza, Warszawa 1999.

Łosiak W., *Psychologia stresu*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2008.

Maruszewski T., *Psychologia poznania*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2001.

Nęcka E., *Psychologia poznawcza*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.

Nęcka E., Orzechowski J., Szymura B., *Psychologia poznawcza*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006.

3. SPOTKANIE

Bańko M., *Wielki słownik wyrazów bliskoznacznych PWN*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2005.

Giorgi A., *Fenomenologia i badania psychologiczne*, Trans Humana, Białystok 2003.

*Hobfoll S.E., *Stres, kultura i społeczność. Psychologia i filozofia stresu*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2006.

*Katra G., *Co przeżyłem? Kwestionariusz do badania doświadczeń*, „Psychologia Wychowawcza” 1995, nr 38, s. 440–448.

Kretschman R., *Stres w zawodzie nauczyciela*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2003.

*Paris S.G., Ayres L.R., *Stawanie się refleksyjnym uczniem i nauczycielem*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1997.

Próchnicka M., *Informacja a umysł*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 1991.

Tadeusiewicz R., *Ciemna strona Internet*, Centrum Badawczo-Szkoleniowe Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji, Zamość 1999.

Tadeusiewicz R., *Smog informacyjny*, [na] www.aries.com.pl/bbnet99/-rtsmog.html, [dostęp: 2000 r.].

Uchnast Z., *Doświadczenie osobowe: przedmiot jakościowej analizy personalistycznej*, „Roczniki Psychologiczne” 2002, nr 5, s. 5–25.

4. SPOTKANIE

*Czerniawska, E., Ledzińska, M., *Jak się uczyć*, Wydawnictwo Park Edukacja, Bielsko Biała 2007.

Hankała A., *Integracyjna funkcja pamięci*, „Psychologia Wychowawcza” 1996, nr 39, s. 1–12.

Hankała A., *Aktywność umysłu w procesach wydobywania informacji pamięciowych*, Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa 2009.

*Jagodzińska M., *Psychologia pamięci. Badania, teorie, zastosowania*, Helion, Gliwice 2008.

Jakubowska U., *Wokół pojęcia „kompetencja społeczna” – ujęcie komunikacyjne*, „Przegląd Psychologiczny” 1996, nr 39, s. 29–40.

Jonscher C., *Życie okablowane. Kim jesteśmy w epoce przekazu cyfrowego?*, Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza, Warszawa 1999.

*Kossowska M., *Umysł niezmienny. Poznawcze mechanizmy sztywności*, Wydawnictwa Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2005.

*Ledzińska, M., Czerniawska, E., *Psychologia nauczania. Ujęcie poznawcze*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2011.

Leszczuk M., *Szukam, więc jestem*, „Tygodnik Powszechny” 2008, nr 36, s. 34–35.

Lewowicki T., Siemieniecki B., *Media w edukacji – szanse i zagrożenia*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2008.

5. SPOTKANIE

Bruner J., *Kultura edukacji*, Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych Universitas, Kraków 2006.

*Edukacja. Jest w niej ukryty skarb. Raport dla UNESCO Międzynarodowej Komisji ds. edukacji dla XXI wieku, red. J. Delors, Wydawnictwo UNESCO, Stowarzyszenie Oświatowców Polskich, Warszawa 1998.

*Drucker P., *Spółczesność pokapitalistyczna*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1999, rozdz. 10–12.

Dryden G., Vos J., *Rewolucja w uczeniu*, Wydawnictwo Moderski i S-ka, Poznań 2000.

Dunbar R., *Kłopoty z nauką*, Wydawnictwo Marabut, Oficyna Wydawnicza Volumen, Gdańsk, Warszawa 1996.

*Eco U., *O bibliotece*, Świat Książki, Warszawa 2007.

Gajda J., Juszczak S., Siemieniecki B., Wenta K., *Edukacja medialna*, Wydawnictwo A. Marszałek, Toruń 2002.

Kruszewski K., *Sztuka nauczania. Czynności nauczyciela*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1995.

Lewowicki T., Siemieniecki B., *Media w edukacji – szanse i zagrożenia*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2008.

*Morbiter J., *W stronę przyszłej edukacji medialnej*, [w:] *Edukacja jutra*, red. K. Denek, T. Koszczyk, W. Starościak, t. 2, Wydawnictwo AWF, Wrocław 2009, s. 69–76.

Popper K., *Drogi do wiedzy. Domysły i refutacje*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1999.

Rifkin J., *Wiek dostępu*, Wydawnictwo Dolnośląskie, Wrocław 2003.

Technologia informacyjna w polskiej edukacji, red. B. Siemieniecki, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2002.

Siemieniecki B., *Pedagogika medialna*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.

Dawid Skowrya

Platforma internetowa zmodernizowanego systemu doskonalenia nauczycieli

PODSTAWOWE INFORMACJE

W ramach projektu *System doskonalenia nauczycieli oparty na ogólnodostępnym kompleksowym wspomaganiu szkół* przygotowana została platforma internetowa. Narzędzie to służyć ma realizacji zadań wynikających z założeń nowego systemu wspomagania szkół, w tym do opracowania i realizacji rocznych planów wspomagania (RPW) oraz do organizacji i prowadzenia sieci współpracy i samokształcenia.

Na platformie dostępne są między innymi oferty doskonalenia oraz przykładowe plany działań sieci – materiały opracowane przez zespoły ekspertów powołane w ramach realizowanego przez Ośrodek Rozwoju Edukacji ww. projektu systemowego.

Funkcjonalności platformy pozwalają na publikowanie treści, ale przede wszystkim ułatwiają bezpośrednią współpracę użytkowników w ramach podejmowanych aktywności (w szczególności planowania i realizacji RPW oraz planowania i działania sieci).

Użytkownikami platformy są przedstawiciele systemu wsparcia współpracujący bezpośrednio ze szkołami i nauczycielami (szkolni organizatorzy rozwoju edukacji, animatorzy, koordynatorzy sieci, specjaliści) oraz – przede wszystkim – odbiorcy wsparcia: dyrektorzy szkół i nauczyciele.

1. Użytkownicy oraz ich cele – możliwe do realizacji przy użyciu Platformy

A. Przedstawiciele systemu wsparcia oraz dyrektorzy szkół i przedszkoli

Cele użytkowników:

- diagnoza potrzeb szkoły/przedszkola, określenie obszarów wsparcia;
- organizacja procesu rozwoju szkoły i spójnego z nim doskonalenia nauczycieli;
- kontakty z instytucjami odpowiedzialnymi za udzielanie pomocy uczniom, rodzicom i nauczycielom;
- wymiana doświadczeń w ramach lokalnych sieci współpracy i samokształcenia;
- dostęp do informacji pedagogicznej.

B. Dyrektorzy szkół/przedszkoli oraz nauczyciele

Cele użytkowników:

- pomoc we wdrażaniu zmian;
- ułatwienie kontaktów z instytucjami odpowiedzialnymi za udzielanie pomocy uczniom, rodzicom i nauczycielom;
- organizacja szkoleń i warsztatów;
- wsparcie w rozwiązywaniu bieżących problemów dydaktycznych i wychowawczych;
- wymiana doświadczeń w ramach sieci współpracy i samokształcenia;
- dostęp do informacji pedagogicznej.

C. Koordynatorzy projektów powiatowych

Cele użytkowników:

- zarządzanie projektem.

2. Procesowe wspomaganie szkoły/przedszkola – wspierane przez Platformę

System wspomagania szkół przewiduje pracę w rocznych cyklach zorganizowanych zgodnie z rocznym planem wspomagania szkoły. Każdy cykl składa się z czterech opisanych poniżej etapów (diagnoza, planowanie, realizacja, podsumowanie).

Rejestracja szkoły/przedszkola na platformie

Szkoła/przedszkole przystępująca do projektu powiatowego może zostać zarejestrowana na platformie przez dyrektora lub wskazanego przez niego pracownika. Do rejestracji wystarczy wypełnienie odpowiedniego formularza.

Diagnoza

Pierwszym podejmowanym działaniem jest rozpoznanie potrzeb szkoły, dokonywane przez SORE wspólnie z dyrektorem placówki i radą pedagogiczną. Celem etapu jest uzyskanie informacji o obszarach działania szkoły, wymagających podjęcia działań w ramach wsparcia.

Diagnoza może być poprzedzona przeprowadzaną przez SORE analizą informacji uzyskanych z wewnętrznego (szkolnego) i zewnętrznego nadzoru pedagogicznego.

Platforma umożliwi bezpośrednie pozyskiwanie informacji ze źródeł zewnętrznych (System Ewaluacji Oświaty – SEO, CKE, SIO).

W efekcie przeprowadzonego etapu diagnozy, wskazane zostają oferty doskonalenia, adekwatne do potrzeb danej szkoły. Użytkownik może wybierać spośród ofert doskonalenia opracowanych w ramach projektu *System doskonalenia nauczycieli oparty na ogólnodostępnym kompleksowym wspomaganie szkół*.

Planowanie działań

Wspieranie szkoły w obszarze wskazanym na etapie diagnozy potrzeb wymaga sprecyzowania działań na etapie planowania. W ramach rocznego planu wspomaganie, określane zostają spodziewane efekty oraz działania – zadania przypisane do odpowiednich osób. Efekty zostają sformułowane w sposób umożliwiający weryfikację na etapach monitorowania i ewaluacji, zadania posiadają wskazane terminy realizacji. Każda z ofert doskonalenia dostępnych na platformie, może być podstawą dla rocznego planu wspomaganie konkretnej szkoły. Każda oferta zawiera między innymi katalog działań, które mogą być realizowane przez szkołę oraz informacje o spodziewanych efektach.

Realizacja i monitorowanie

Działania przewidziane w ramach rocznego planu wspomaganie są realizowane w ciągu jednego roku szkolnego. Osiąganie spodziewanych celów wsparcia jest na bieżąco weryfikowane przez dyrektora szkoły i SORE. Poszczególne zadania wraz z terminami wykonania mogą być modyfikowane.

Podsumowanie

Po zakończeniu realizacji RPW dokonywane jest podsumowanie. SORE sporządza sprawozdanie, w którym opisuje swoje działania w kontekście zaplanowanych i wykonywanych zadań. W ewaluacji wewnętrznej szkoły uwzględniony zostaje obszar objęty wspomaganie i zbadane zostają jego efekty.

3. Sieci współpracy i samokształcenia

Poza cyklem związanym z realizacją rocznych planów wspomaganie, funkcjonować będzie doskonalenie w ramach tzw. sieci współpracy i samokształcenia.

Platforma wspiera planowanie działań i organizację sieci w obszarach:

- zarządzania siecią (spotkania w czasie rzeczywistym, zarządzanie i monitorowanie realizacji przyjętych zadań);
- moderowania pracy grupowej (m.in. wspólna redakcja treści publikowanych w serwisie internetowym);
- komunikacji między użytkownikami (przesyłanie wiadomości);
- umieszczanie i udostępnianie zasobów spójnych z tematyką sieci;
- publikowania wypracowanych przez uczestników sieci materiałów;
- e-learningu.

Wszystkich zainteresowanych działaniami realizowanymi w projekcie *System doskonalenia nauczycieli oparty na ogólnodostępnym kompleksowym wspomaganie szkół* zapraszamy na stronę www.ore.edu.pl/wspieranie.

Temat:**Grupa docelowa:**

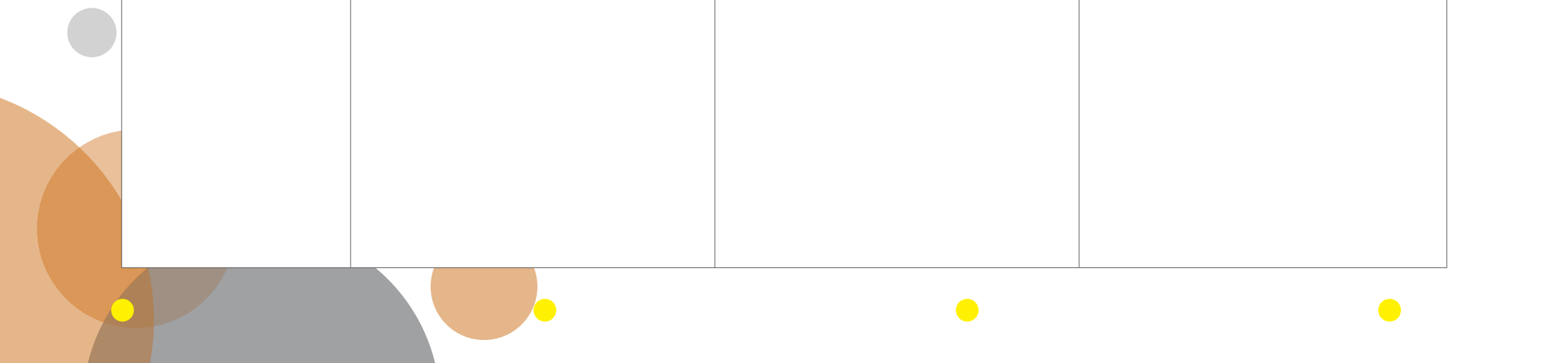
Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

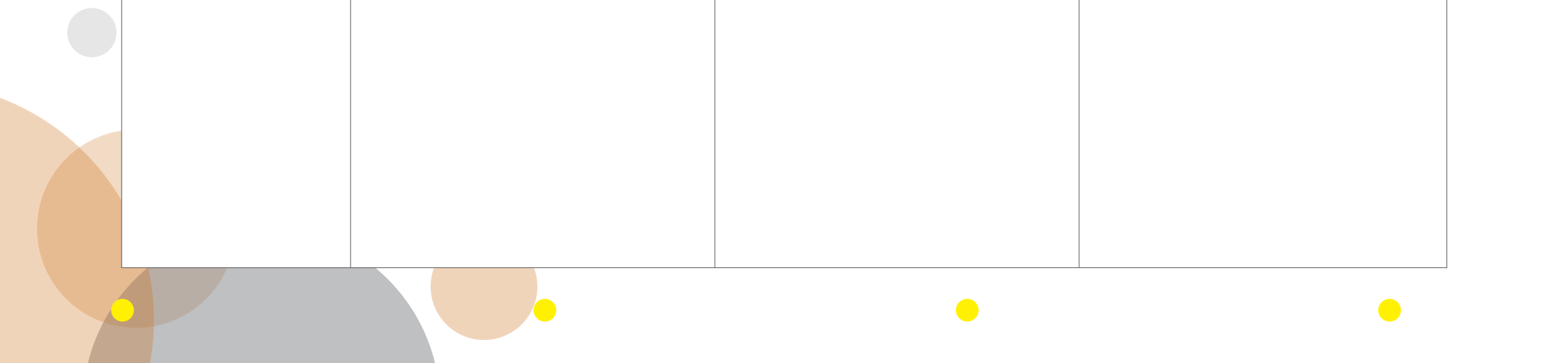
Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

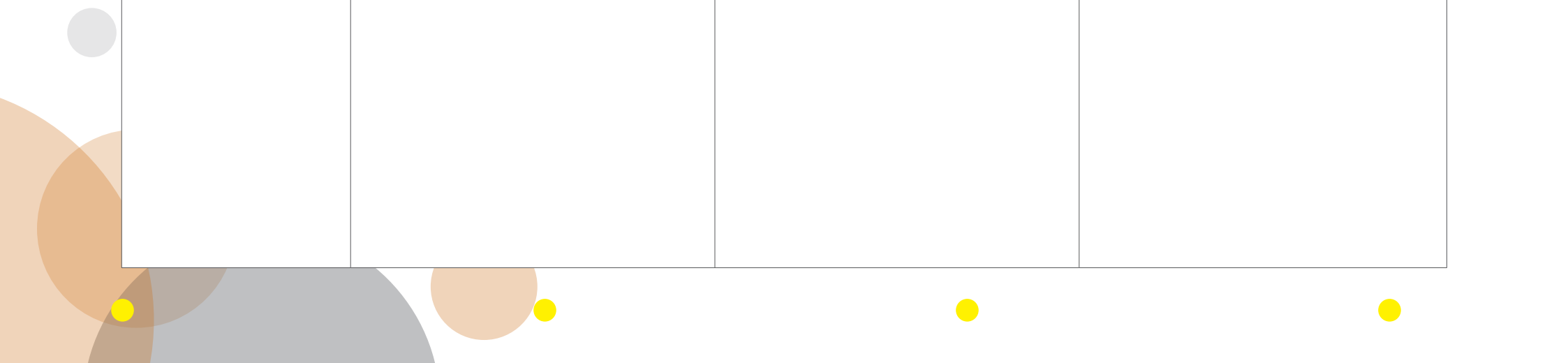
Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

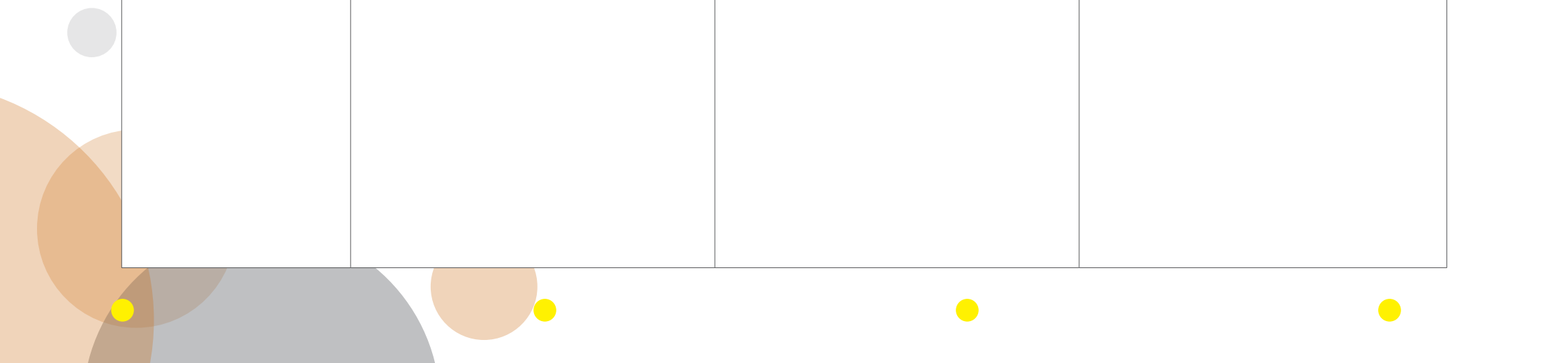
Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

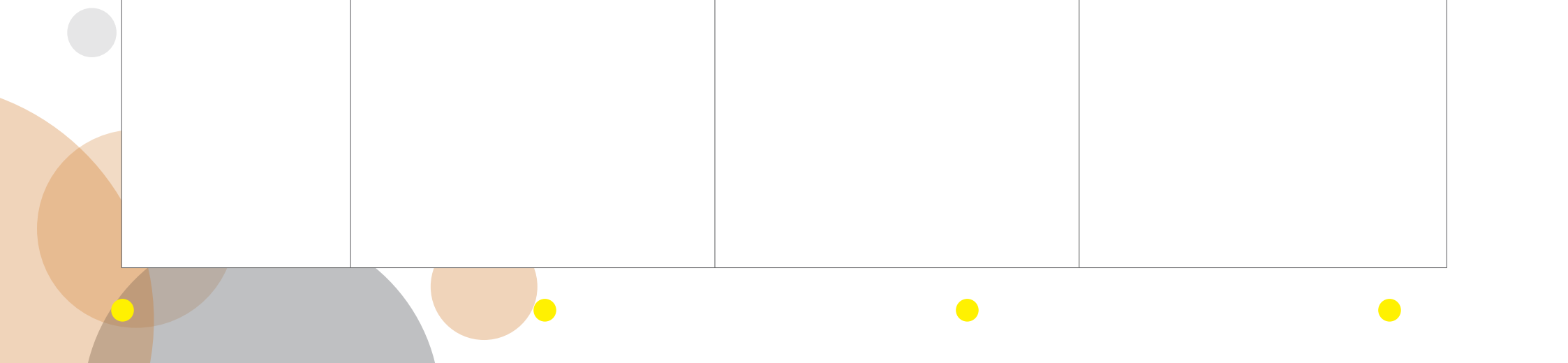
Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

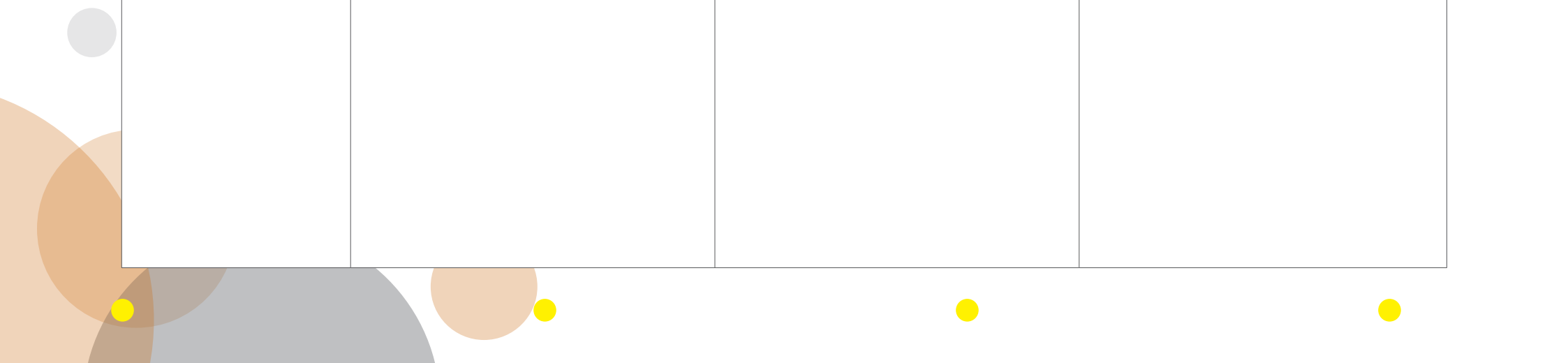
Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci

Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci

Temat:**Grupa docelowa:**

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci

Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci

Temat:

Grupa docelowa:

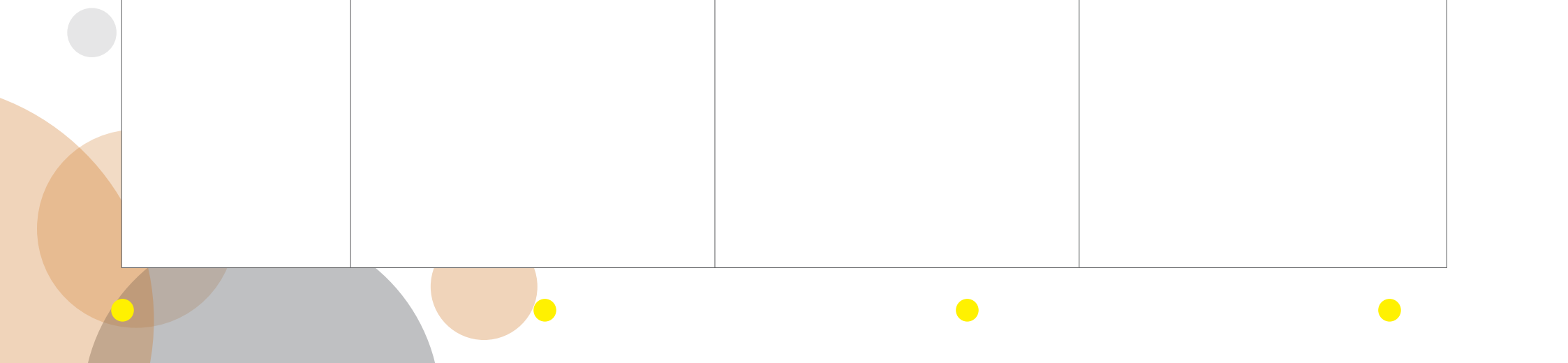
Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

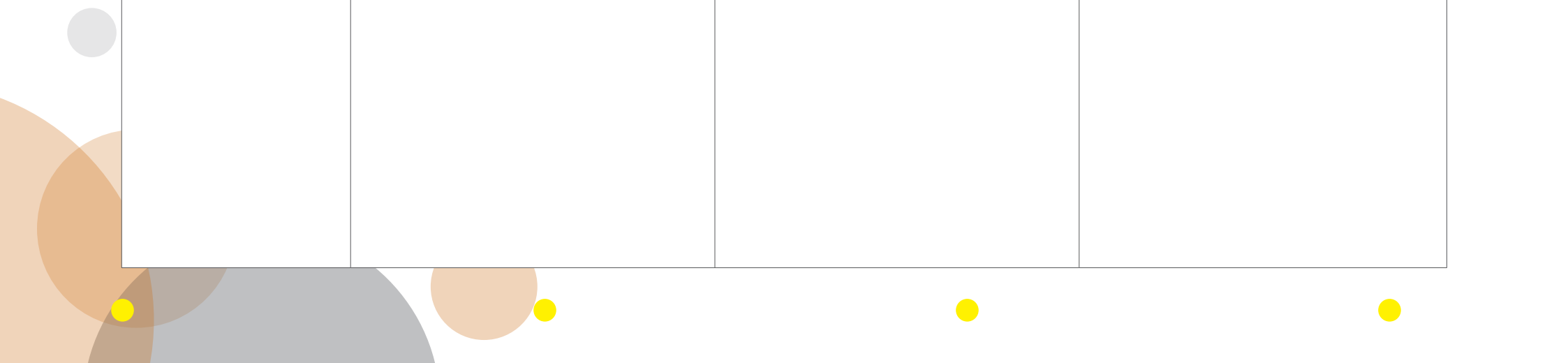
Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci



Temat:

Grupa docelowa:

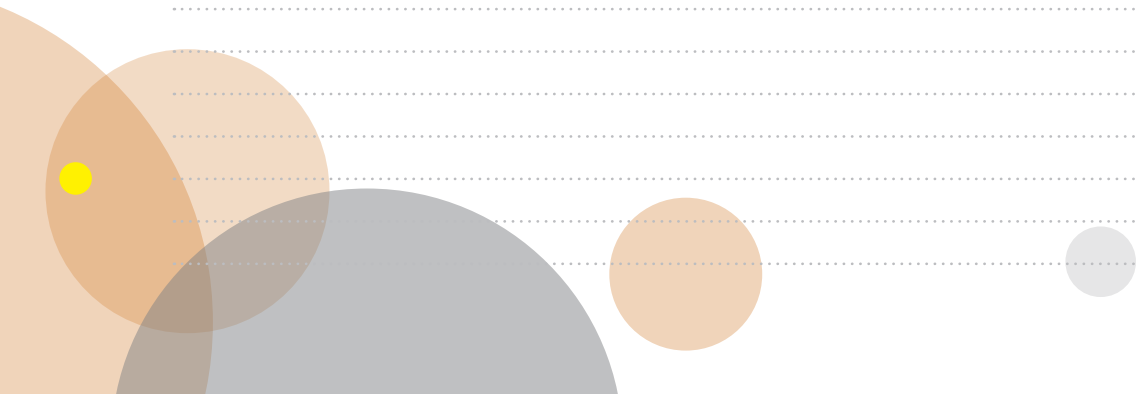
Temat spotkania i czas trwania	Najważniejsze problemy poruszane w czasie spotkania	Propozycje materiałów samokształceniowych	Planowane działania w sieci





Notatki

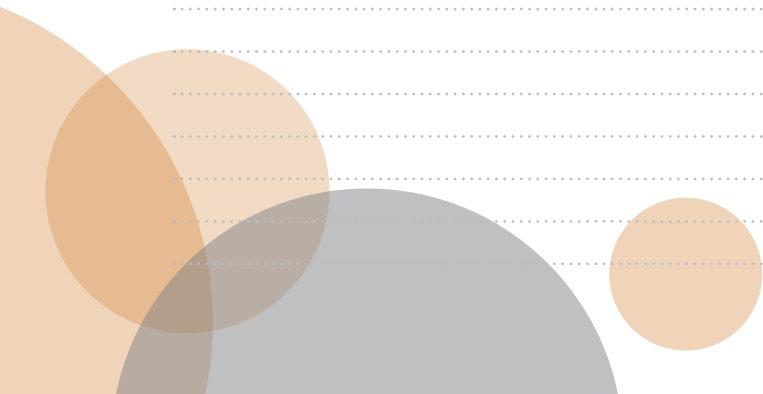
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

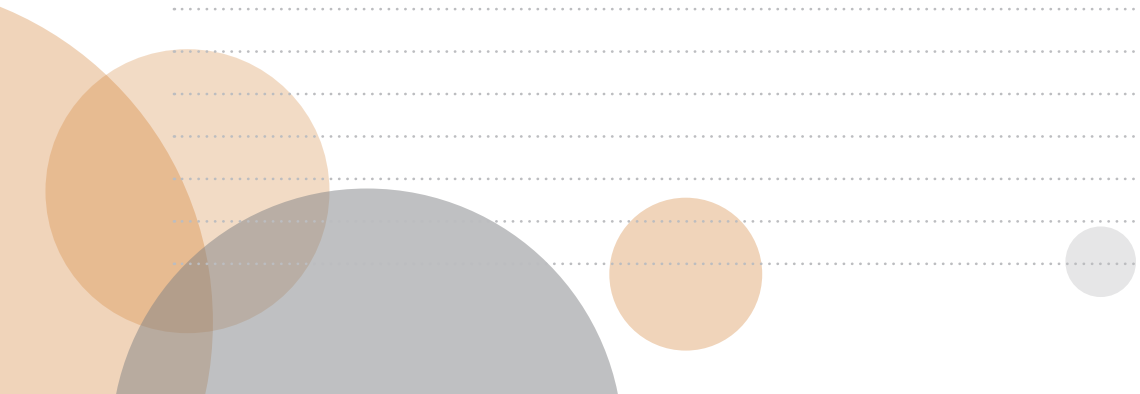
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

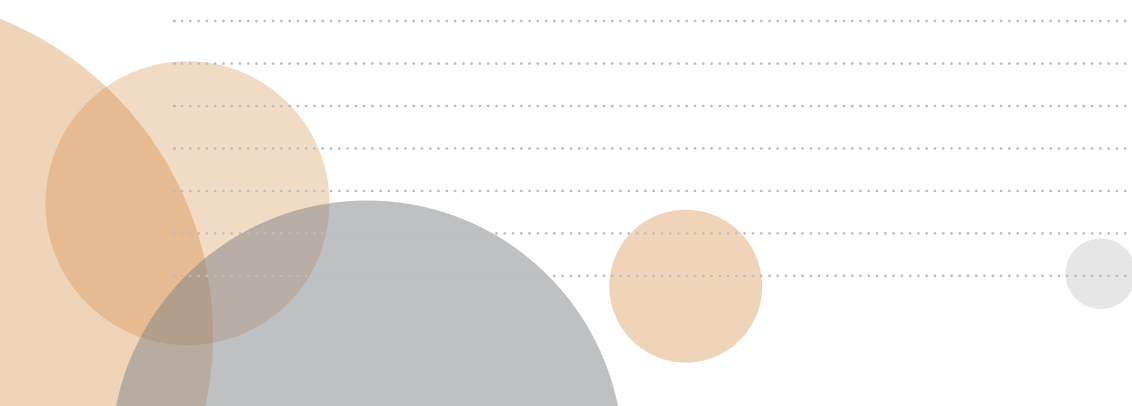
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

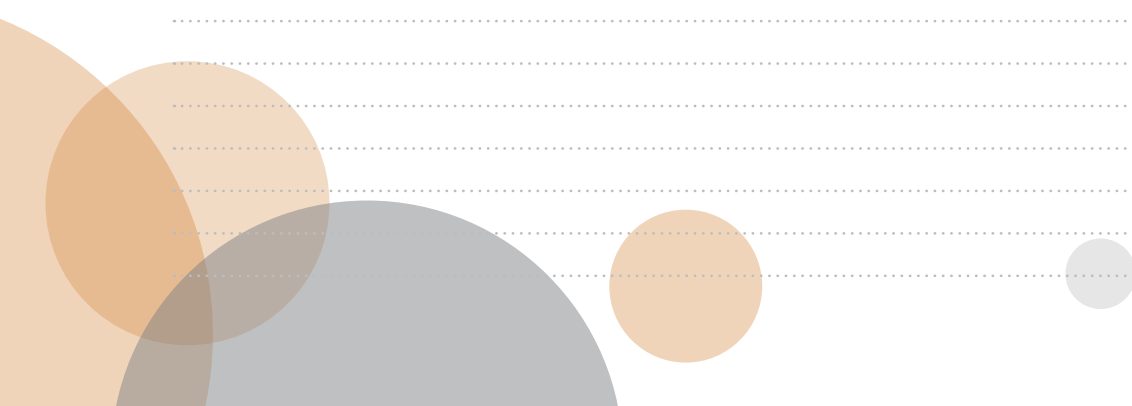
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

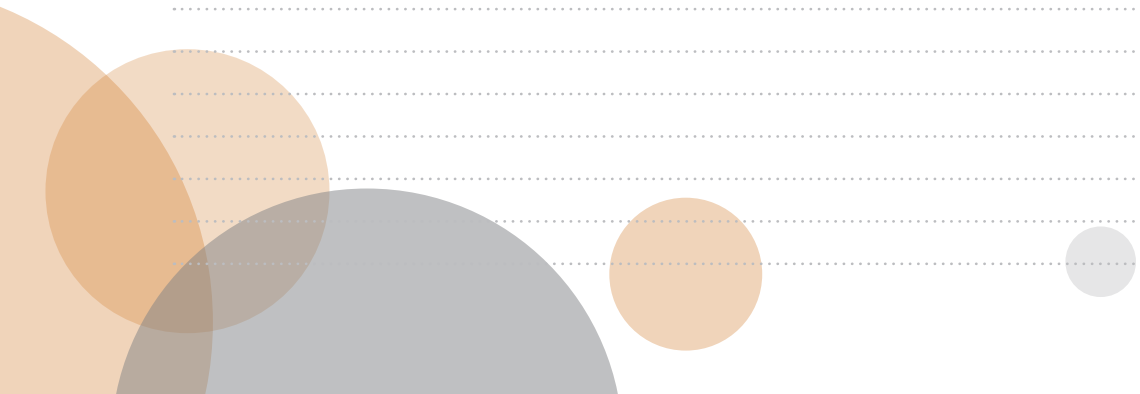
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

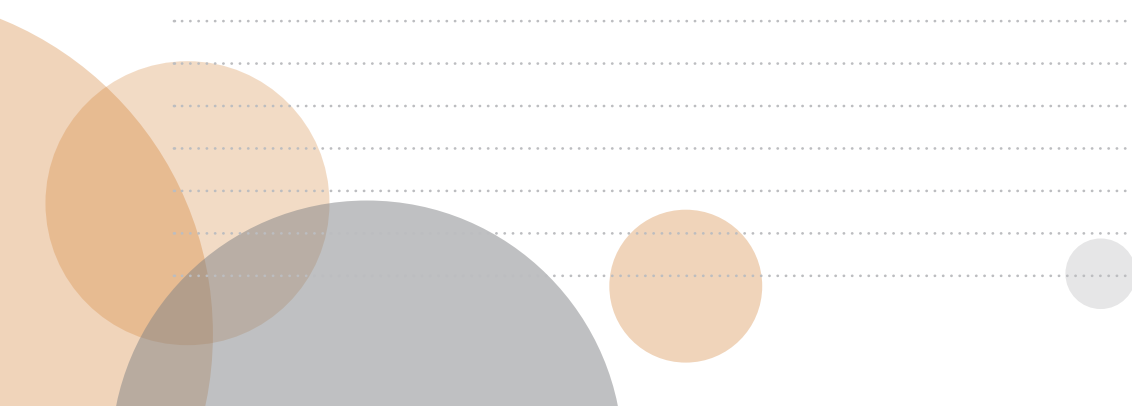
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

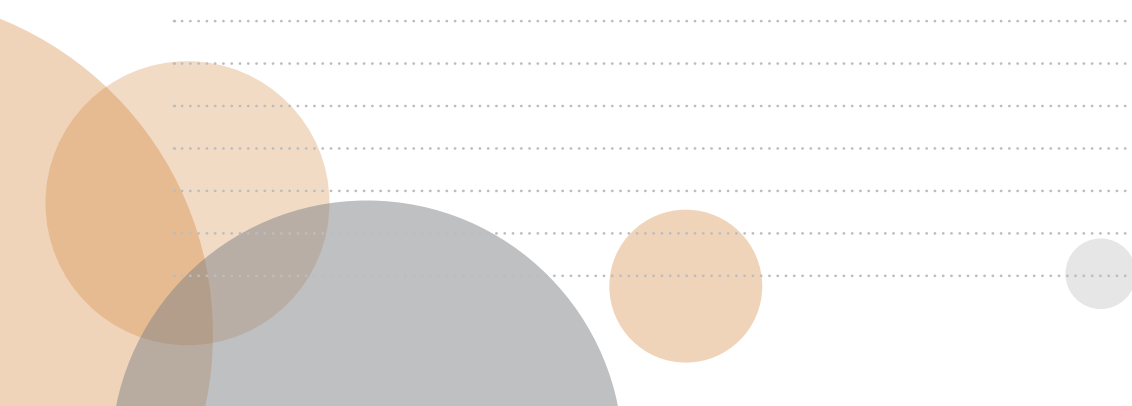
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

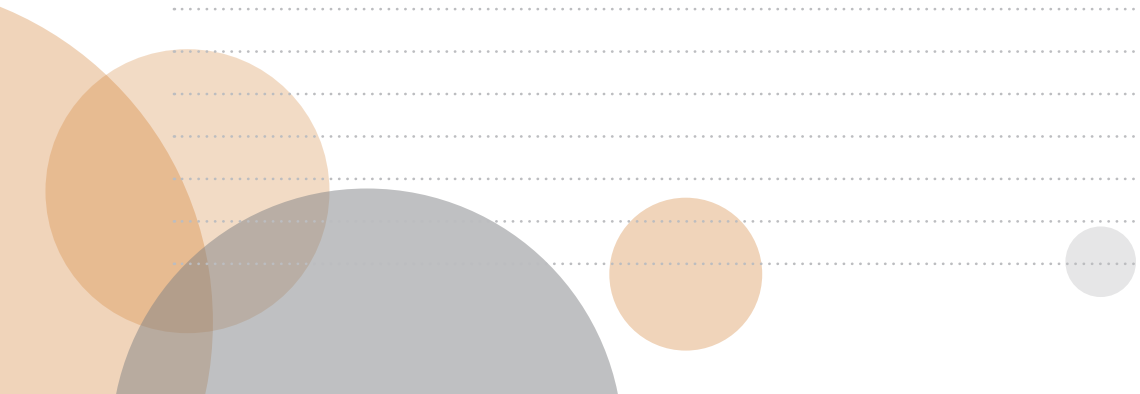
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

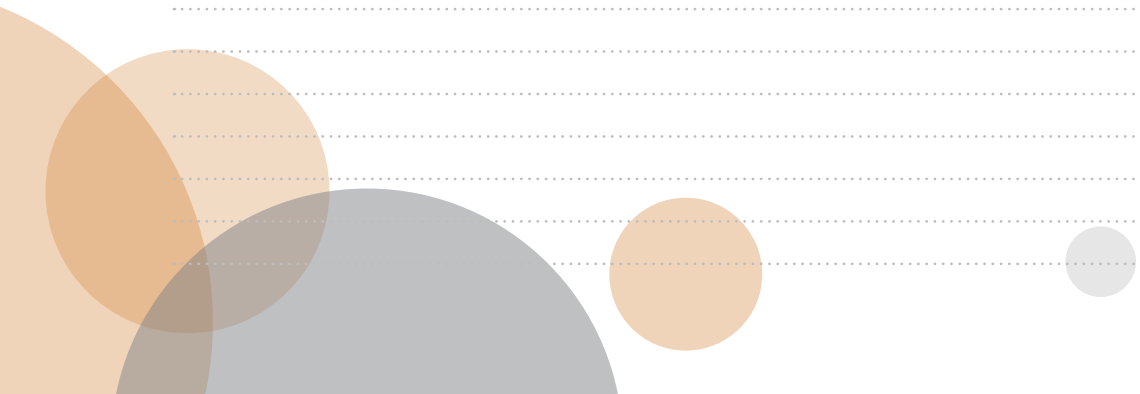
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

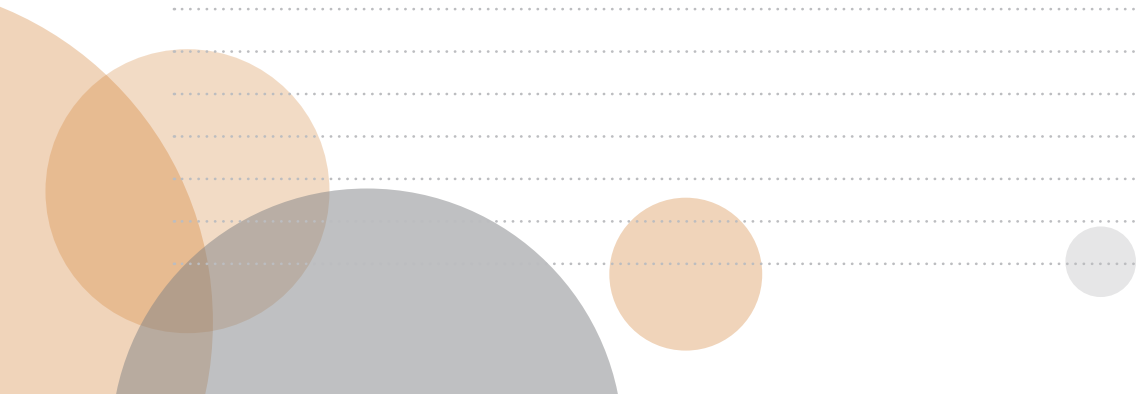
A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.





Notatki

A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.

