

**Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Żninie**

**Program wsparcia uczniów, rodziców i nauczycieli  
po powrocie do nauczania stacjonarnego**

**Żnin 2021**

## **Spis treści**

### **Wstęp**

- 1. Diagnoza sytuacji uczniów, rodziców, nauczycieli po powrocie do nauczania zdalnego**
- 2. Cele programu**
- 3. Reintegracja uczniów przedszkoli i klas młodszych szkół podstawowych**
  - 1) I etap – od powrotu do zakończenia roku szkolnego 2020/2021**
    - Działania skierowane do uczniów**
    - Działania skierowane do rodziców**
    - Działania skierowane do nauczycieli**
  - 2) II etap – w roku szkolnym 2021/2022**
    - Działania skierowane do uczniów**
    - Działania skierowane do rodziców**
    - Działania skierowane do nauczycieli**
- 4. Reintegracja uczniów klas starszych szkół podstawowych i uczniów szkół ponadpodstawowych**
  - I etap – od powrotu do zakończenia roku szkolnego 2020/2021**
    - Działania skierowane do uczniów**
    - Działania skierowane do rodziców**
    - Działania skierowane do nauczycieli**
  - II etap – w roku szkolnym 2021/2022**
    - Działania skierowane do uczniów**
    - Działania skierowane do rodziców**
    - Działania skierowane do nauczycieli**
- 5. Ewaluacja programu**

## **Ad. 1 Diagnoza sytuacji uczniów, rodziców, nauczycieli po powrocie do nauczania zdalnego**

Powrót uczniów do nauki stacjonarnej stawia nowe wyzwania przed całym środowiskiem szkolnym. Uczniowie, rodzice i nauczyciele są aktualnie bogatsi o nowe doświadczenia zdobyte podczas nauki online, dzięki sytuacjom, z którymi musieli się zmierzyć. Powrót do szkoły poprzedzony tak długo trwającą izolacją społeczną może wywołać u uczniów reakcje lękowe, bezradność oraz izolowanie się od grupy rówieśniczej. U wielu uczniów mogło dojść do wzrostu zaległości szkolnych, co w obliczu wymagań może wpływać na pojawienie się zachowań takich jak złość, gniew, nerwowość wywołujących zachowania niepożądane i konflikty. Konieczność długotrwałej izolacji nasiliła w wielu przypadkach uzależnienie od urządzeń cyfrowych, Internetu.

Nauczyciele świadomi faktu, że podstawą nauczania jest relacja i nieustanne nawiązywanie kontaktu znaleźli się w sytuacji gdzie ten bezpośredni kontakt został mocno ograniczony a wręcz uniemożliwiony. Nietrywającym i długofalowym wyzwaniem było dla nauczycieli wypracowanie metod, które uzależnione są nie tylko od przedmiotu nauczania lecz i od wieku uczniów. Ciągłe poszukiwanie nowych rozwiązań dla dzieci, motywowanie ich do nauki a nawet do samego uczestnictwa w lekcji online mogło rodzić frustrację i wątpliwość w swoje możliwości. Dla nauczycieli uczących starsze dzieci dodatkowo obciążające jest poczucie odpowiedzialności za wiedzę uczniów zdających egzamin kończący II etap edukacyjny. Rodzice z reguły podkreślają, że nauczanie zdalne miało więcej wad niż zalet choć bywają również głośliwi, że ich dzieci lepiej radziły sobie w nauce online niż stacjonarnej. Uzależnione jest to od sytuacji dziecka biorąc pod uwagę chociażby ich samodzielność w sytuacji zadaniowej czy funkcjonowanie społeczne. Przeważnie rodzice wyrażali obawę o wystąpienie u dziecka zaległości programowych, brak odpowiedzialności za obowiązki szkolne lub nadmierne korzystanie z urządzeń multimedialnych. Niemoc w zakresie przywoływania dziecka do nauki i związanych z nią obowiązków były źródłem bezradności i stresu. Niekiedy też ambicja rodziców przewyższała ambicję dziecka kiedy to rodzice decydowali się na wyręczanie dzieci w realizacji zadań. Taka postawa przynosi negatywne konsekwencje nie tylko dla samego dziecka ale i dla nauczyciela, który świadomy sytuacji był zmuszony ocenić pracę. Jak widać konieczność wprowadzenia nauczania zdalnego wpłynęła na wiele obszarów, dotknęła nie tylko obszaru poznawczego funkcjonowania ale w istotnej mierze przestrzeni gdzie kształtują się potrzeby, emocje, oczekiwania. Powrót do szkoły można określić jako nowy etap. Niech odbudowanie utraconych relacji lub naruszonych więzi będzie priorytetem dla wszystkich. Pamiętajmy, że dla prawidłowego rozwoju poznawczego istotny jest prawidłowy rozwój sfery emocjonalno-społecznej. Z tego względu pragniemy wesprzeć

Państwa w planowaniu i organizowaniu działań mających na celu integrowanie zespołu klasowego, a przez to minimalizowanie lęku u uczniów i zapewnienie im poczucia bezpieczeństwa w przyjaznej atmosferze akceptacji i zrozumienia. Chcemy, aby zaproponowane działania ułatwiły uczniom lepszą aklimatyzację i szybsze odbudowywanie relacji po powrocie do szkoły. Dobre samopoczucie uczniów, zaspokojenie potrzeby przynależności do grupy będzie zdecydowanie pozytywnie wpływać na zmniejszenie poziomu ich lęku i może zapobiegać wystąpieniu poważniejszych zaburzeń lękowych, w tym fobii szkolnej.

## **Ad.2 Cele programu**

- Integrowanie zespołów klasowych po powrocie do nauczania stacjonarnego;
- Stworzenie przyjaznego klimatu obniżającego napięcie emocjonalne;
- Odbudowywanie więzi między uczniami;
- Kształtowanie poczucia przynależności do grupy rówieśniczej;
- Wsparcie środowiska nauczycieli w obliczu powrotu do nauczania stacjonarnego;
- Wsparcie rodziców w sytuacji występowania u uczniów zachowań budzących ich niepokój związany z powrotem dzieci do szkoły;
- Nawiązanie współpracy między szkołą i Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną w celu ułatwienia powrotu do szkoły wszystkim uczestnikom procesu edukacji uczniów.

## **Ad. 3 Reintegracja uczniów przedszkoli i klas młodszych szkół podstawowych**

### **I etap**

#### **Od powrotu do nauki stacjonarnej do zakończenia roku szkolnego 2020/2021**

#### **Działania skierowane do uczniów**

#### **Zajęcia reintegracyjne dla uczniów klas I- III (łatwiejsze)**

##### **1. Cele zajęć:**

- Uczeń poszerza wiedzę na temat własnych cech wyglądu, charakteru, upodobań, cech szczególnych, zainteresowań.
- Uczeń poszerza wiedzę na temat innych uczniów, ich cech, upodobań, zainteresowań, odczuć.
- Wsparcie rozwoju emocjonalnego, społecznego dziecka.
- Rozwijanie koncentracji i pamięci.
- Budowanie zaufania i współpracy.

##### **2. Potrzebne materiały:**

- kolorowe karteczki

##### **3. Przebieg zajęć:**

### **KOLOROWA GRUPA**

Zabawa wspierająca między innymi rozwój emocjonalny, umiejętności społeczne, a także percepcję.

Nauczyciel dokonuje podziału na grupy za pomocą losowania kolorowych karteczek. Dzieci z takim samym kolorem na karteczce należą do jednej grupy. Uczestnicy skupiają się na przedmiotach ze swojego otoczenia, kierując się jedną cechą – kolorem. Każda grupa wyrusza na poszukiwania. Zbierają tylko przedmioty w kolorze swojej grupy.

### **JAK DZIŚ WYGLĄDAM?**

Zabawa rozwijająca koncentrację oraz pamięć.

Dzieci siadają plecami do siebie. Na przemian opisują, jak są dzisiaj ubrane (np. jaki kolor bluzki/spodni, jaki wzór jest na bluzie, itp.). Następnie odwracają się i sprawdzają czy poprawnie opisali swoje stroje.

### **STATEK WE MGLE**

Zabawa budująca zaufanie oraz ćwicząca koncentrację oraz współpracę.

Jedno dziecko ma zasłonięte oczy – jest statkiem we mgle. Staje na końcu sali. Pozostałe dzieci ustawiają się po drugiej stronie. Ich zadaniem jest za pomocą słów „kierować statkiem” i pomóc ominąć przeszkody. Mogą używać słów – stop, w prawo, w lewo, do przodu. Gdy „statek” porusza się nauczyciel co jakiś czas umieszcza na jego drodze przeszkody.

#### 4. Zakończenie

Omówienie zabawy.

**Czas trwania ok. 45 minut.**

#### Zajęcia reintegracyjne dla uczniów klas I- III (poziom trudniejszy).

##### 1. Cele zajęć:

- Uczeń poszerza wiedzę na temat własnych cech wyglądu, charakteru, upodobań, cech szczególnych, zainteresowań;
- Uczeń poszerza wiedzę na temat innych uczniów, ich cech, upodobań, zainteresowań, odczuć;
- Uczeń uczy się współpracy, poradzenia rozmowy, przekazywania informacji;
- Uczeń wzmacnia w sobie poczucie sukcesu indywidualnego, grupowego.

##### 2. Potrzebne materiały:

- karty papieru bristolowego dla każdego ucznia,
- flamastry,
- dyplomy wzorowego detektywa

##### 3. Przebieg zajęć:

#### WZOROWY DETEKTYW

Ilość Dzieci	Role
16 - 4D, 4I, 4Ś, 4P	D - detektyw
17- 4D, 5I, 4Ś, 4P	I - informator, wtyczka
18 - 4D, 6I, 4Ś, 4P	Ś - śledczy, rysownik
19 - 5D, 4I, 5Ś, 5P	P - podejrzany
20- 5D, 5I, 5Ś, 5P	
21 - 5D, 6I, 5Ś, 5P	
22 - 6D, 4I, 6Ś, 6P	
23 - 6D, 5I, 6Ś, 6P	
24 - 6D, 5I, 6Ś, 6P	

Opis zabawy:

Zabawa składa się z trzech części. Po części pierwszej następuje wyjaśnienie celu zabawy. Zabawa ma uaktywnić dzieci w poszerzaniu własnej wiedzy na temat umiejętności, cech, upodobań kolegów i koleżanek. Dzieci wspólnie będą tworzyć portret poszukiwanej osoby. Zadaniem wzorowego detektywa będzie za pomocą zebranych przez swoich śledczych informacji odgadnięcie imienia tajemniczej osoby - PODEJRZANEGO

## Część 1

Dzieci na dużych arkuszach brystolu odrysowują własne kontury (w parach – z tyłu podpisy)

## Część 2

Rysunki są zbierane przez prowadzącego i mieszane. Następuje uroczysty wybór 6 DETEKTYWÓW. Następuje wybór śledczych – (jeden śledczy do jednego detektywa). Śledczy otrzymują karteczki imienne ( np. Mateusz śledczy z biura detektywistycznego Antka).

Detektywi opuszczają klasę i udają się na „Zjazd Detektyw” gdzie mają wspólnie zebrać dane o całej „siatce przestępczej” (wszystkich dzieciach pozostałych w klasie) według wskazań:

- kolor oczu
- kolor włosów
- wzrost
- waga
- znaki szczególne
- i stworzyć rysunek

Następuje losowanie sześciu podejrzanych (losowanie portretów) oraz przydział informatorów do śledczych. Śledczy otrzymują portrety podejrzanych na które będą musieli nanieść zebrane przez informatora dane. Odczytuje imię podejrzanego z tyłu kartki brystolu. Informują informatora (wtyczkę), którego podejrzanego mają dokładnie wypytać. Podejrzani i informatorzy zasiadają na krzeselkach naprzeciwko siebie, z dala od śledczego.

Informatorzy otrzymują zestaw pytań, które muszą zadać podejrzanemu i dostarczyć śledczym pracujących dla swojego detektywa.

Lista pytań dla informatora

1. Jaki masz kolor oczu?
2. Jaki masz kolor włosów?
3. Ile masz wzrostu?
4. Czy masz jakąś ciekawą bliznę, pieprzyk, znamię jeśli tak to gdzie i skąd się ona wzięła?
5. Jak ma na imię twoja mama/
6. Czy masz rodzeństwo, jakie mają imiona?
7. Czy masz jakieś zwierzę – jakie?
8. Jak ma na imię Twój najlepszy kolega?
9. Czego nie lubisz robić?
10. Czego nie lubisz jeść?
11. Jaki jest twój wymarzony prezent?
12. Kogo lubisz najbardziej w klasie?
13. Gdzie przeważnie (w której ławce) siedzisz na lekcjach?
14. Czy lubisz szkołę?
15. Co lubisz jeść?
16. Jaka jest Twoja ulubiona zabawa?
17. Co lubisz robić latem?
18. W czym, jakiej umiejętności, zabawie jesteś naprawdę dobry?
19. Czy lubisz żartować?
20. Gdzie spędzasz czas po szkole i co wtedy robisz?

21. Czy lubisz się uczyć?
22. Czy częściej jesteś smutny czy wesoły?
23. Czy cieszyłeś się na powrót do szkoły, co najbardziej cię cieszy?

### Część 3

Śledczy umieszczają informacje zebrane przez informatorów na odrysowanych konturach. Dzieci z wyjątkiem śledczych wracają na miejsca w klasie. Wprowadzeni zostają Detektywi (kolejno). Każdy detektyw odgaduje na podstawie stworzonego portretu przez swoich śledczych podejrzanego oraz na kartce ze swoim imieniem zapisuje typy podejrzanych odgadniętych na innych rysunkach. Kartkę chowa do kieszeni. Tak kolejno. Na koniec wszyscy detektywi zliczają ilość swoich właściwie odgadniętych podejrzanych. Wzorowym detektywem zostaje ten, który odgadnie wszystkie.

Następnie dzieci otrzymują odrysowane na kartkach własne kontury. Ozdabiają je i wpisują odpowiedzi na 23 pytania z części 2. Wspólnie rozmawiają o tym w parach.

### **3. Zakończenie**

Wywieszenie portretów uczniów w klasie, wspólne zdjęcie, rozmowa.

Czas trwania ok. 45 minut

### **Działania skierowane do rodziców:**

- zachęcenie rodziców uczniów do zapoznania się z multimedialną prezentacją Dyrektora Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej w Żninie dotyczącą sygnałów świadczących o problemach natury emocjonalno - społecznej dzieci będących wynikiem izolacji spowodowanej pandemią oraz potrzeb dzieci w najbliższym czasie;
- przekazanie prezentacji do wszystkich placówek naszego powiatu z prośbą o udostępnienie rodzicom w przyjęty w danej placówce sposób;
- udzielanie indywidualnego wsparcia rodzicom dzieci mających trudności z readaptacją szkolną w ramach działalności Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej w Żninie.

### **Działania skierowane do nauczycieli:**

- zachęcenie pedagogów i psychologów szkolnych poprzez nawiązanie kontaktu telefonicznego do zapoznania się z materiałami przesłanymi przez Poradnię Psychologiczno – Pedagogiczną w Żninie dotyczącymi Kampanii Społecznej Szkoła Od Nowa oraz do skorzystania z przekazanych materiałów wspomagających proces reintegracji przekazanych szkołom - załącznik nr 1;
- zachęcenie wychowawców klas do skorzystania z propozycji warsztatów reintegracyjnych zawartych w Programie przygotowanym przez Poradnię



Psychologiczno - Pedagogiczną w Żninie, które po diagnozie potrzeb mogą być realizowane w szkołach;

- przekazanie informacji pedagogom/psychologom szkolnym oraz zachęcenie ich do możliwości wykorzystania w pracy z uczniami narzędzi diagnostycznych przygotowanych przez Poradnię Psychologiczno - Pedagogiczną w Żninie ukierunkowanych na diagnozę kondycji psychicznej uczniów wracających do szkoły;
- nawiązanie ścisłej współpracy wyznaczonych opiekunów placówek (pracowników poradni) z dyrektorami, pedagogami i wychowawcami w celu uzyskania wsparcia w procesie reintegracji klasy- załącznik nr 2.

## **II etap**

### **Działania planowane do realizacji w roku szkolnym 2021/2022**

#### **Działania skierowane do uczniów:**

##### **Propozycje i wskazówki do pracy z zespołem klasowym:**

##### **Cele ogólne zajęć:**

- Uczeń rozwija wiedzę na temat samego siebie;
- Uczeń wzmacnia poczucie własnej wartości;
- Uczeń kształtuje postawę tolerancji i akceptacji różnorodności;
- Uczeń odkrywa swoje pasje i przekonania;
- Uczeń rozwija tożsamość z grupą i wzmacnia poczucie bezpieczeństwa i akceptacji w grupie;
- Uczeń poszerza wiedzę na temat rozpoznawania i wyrażania emocji i przeżyć wewnętrznych;
- Uczeń rozwija twórczą wyobraźnię;
- Uczeń rozwija umiejętność dążenia do celu;
- Uczeń uczy się radzić sobie ze stresem szkolnym;
- Uczeń kształtuje umiejętność autoprezentacji.

##### **Propozycje warsztatów:**

##### **1. Zaakceptuj to, kim jesteś;**

##### **Propozycja programu:**

- „Równi w różnorodności”- program rozwijający tolerancję i akceptację różnorodności wśród dzieci.

## **2. Zbuduj poczucie własnej wartości;**

### **Propozycje programu:**

- wykorzystanie afirmacji P. Dennison'a – elementy programu .

## **3. Odkryj swoje pasje i przekonania;**

### **Propozycje programu:**

- „Świat jest ciekawy, ja jestem ciekawy” - twórcza praca z grupą - w formie plastycznej.

## **4. Przestań porównywać się z innymi;**

### **Propozycje programu:**

- „Razem łatwiej i przyjemniej” - zajęcia z wykorzystaniem bajki terapeutycznej”.

## **5. Osiągnij to, czego pragniesz;**

### **Propozycje programu:**

- „Moja przyszłość w moich rękach” – twórcza praca na podstawie analizy i swobodnych wypowiedzi dzieci,

## **6. Zostaw niepewność za sobą;**

### **Propozycje programu:**

- „Wracam do szkoły” – zajęcia reintegracyjne wzmacniające poczucie bezpieczeństwa i przynależności grupowej.

## **7. Uczymy się rozpoznawać i nazywać emocje;**

### **Propozycje programu:**

- „Moje emocje” – zajęcia poświęcone poszerzaniu wiedzy na temat emocji.

## **8. Uczymy się radzić sobie ze stresem szkolnym ;**

### **Propozycje programu:**

- „Mój strach”- zajęcia poświęcone radzeniu sobie ze stresem szkolnym.

## **9. Uczymy się wypowiadać na forum;**

- „Dobry mówca” – rozwijanie umiejętności wypowiadania się na forum i budowanie otwartej postawy komunikacyjnej.

### **Działania skierowane do rodziców:**

- psychoedukacja rodziców (w zależności od potrzeb zgłaszanych przez rodziców);
- „Dzieci w wirtualnej sieci”;
- „Stres szkolny”;
- „Zaburzenia emocjonalne wieku dziecięcego”;
- „Jak być dobrym kolegą”;
- „Jak motywować dziecko do nauki”;
- warsztaty dla rodziców „Elementy Szkoły dla Rodziców”;
- dyżur pracownika Poradni, do dyspozycji rodziców.

### **Działania skierowane do nauczycieli:**

- prowadzenie Rad Pedagogicznych;
- przekazywanie materiałów do pracy z dziećmi;
- dyżur pracownika Poradni, do dyspozycji nauczycieli;
- indywidualne porady i konsultacje telefoniczne.

## **Ad. 4 Reintegracja uczniów klas starszych szkół podstawowych i uczniów szkół ponadpodstawowych**

### **I etap**

#### **Od powrotu do nauki stacjonarnej do zakończenia roku szkolnego 2020/2021**

### **Działania skierowane do uczniów:**

#### **Scenariusz zajęć dla uczniów:**

Adresat: uczniowie klas IV-VIII i szkół ponadpodstawowych.

Czas trwania: 90 minut

Metody pracy: wypowiedzi na forum, ćwiczenia, burza mózgów, praca w grupach.

Materiały: kilka dużych arkuszy papieru, bloczek-małe karteczki (post-it), klej, taśma klejąca, flamastry, ołówki długopisy.

Cele :

1. Budowanie na nowo więzi w zespole klasowym.
2. Zadbanie o relacje w klasie.
3. Budowanie poczucia bezpieczeństwa uczniów i uczennic.
4. Zaaranżowanie wspólnych działań klasowych.
5. Przekazanie informacji o możliwościach uzyskania wsparcia.

### **1. Powitanie.**

Prowadzący wita uczestników i zaprasza do kręgu.

### **2. Określanie nastroju.**

Na tablicy lub arkuszu papieru narysowana skala od 1 do 10, gdzie 1 oznacza kiepski nastrój, a 10 bardzo dobry. Każdy uczeń podchodzi do skali i stawia kółko w miejscu skali odpowiadającym jego nastrojowi w dniu dzisiejszym. Wychowawca również określa swój nastrój na skali. Następnie podsumowuje wynik klasowy.

Jeżeli są różne nastroje i większość plasuje się w dolnej strefie skali, zadajemy pytanie, co możemy zrobić, aby nasz nastrój polepszył się, a jeżeli większość wskaże na dobry nastrój, to, co możemy zrobić, aby go utrzymać. Sposoby poprawienia/utrzymania nastroju mogą być wypracowane w małych w grupach, a potem odczytane na forum.

### **3. Niedokończone zdania.**

Uczestnicy kończą wypowiedziane przez prowadzącego zdania:

- określ dzisiejsze samopoczucie za pomocą koloru,
- pierwsze skojarzenie, które przychodzi Ci do głowy związane z pandemią,
- sytuacja lub zdarzenie z czasu pandemii wywołujące przyjemne uczucie,
- wymień jedną aktywność, którą zamierzasz wykonywać podczas nadchodzących wakacji.

### **4. Co nas łączy.**

Drogą losowania uczniowie (każdy wyciąga jeden kolor kartki) dzielą się na grupy 4-osobowe. Uczniowie w małych grupach wypisują na kartkach 10 rzeczy, które są dla nich wspólne, które je łączą. Grupy prowadzą rozmowy na temat zainteresowań, szkoły, rodziny, upodobań kulinarnych zapisują tylko te rzeczy, które łączą wszystkich uczestników małej grupy. Grupy prezentują na forum sporządzone listy cech wspólnych.

### **5. Pozytywny okrzyk.**

Drogą losowania zmiana składu małych grup.

W nowych grupach uczniowie wymyślają i prezentują na forum okrzyk. Okrzyk optymistyczny, poprawiający nastrój, motywujący do działania uczestników spotkania. Forma dowolna.

### **6. Drzewo mocy.**

Pomoce: drzewo narysowane na dużym arkuszu papieru z gałęziami i korzeniami, kolorowe małe karteczki (post-it), kolorowe gazety, flamastry.

Na gałęziach drzewa wpisane imiona uczniów. Wstęp: aby drzewa mogły kwitnąć i owocować potrzebny jest system korzeni będący kotwicą oraz pień, który przewodzi ważne dla życia drzewa wodę i składniki odżywcze. Zadaniem uczniów będzie w małych grupach napisanie/narysowanie na kolorowych kartkach lub wycięcie z gazet słów, obrazków odzwierciedlających to, co będzie dawało im siłę i moc na najbliższy czas. Mogą to być: osoby, miejsca, zdarzenia. Następnie kartki, słowa, obrazki będą naklejane

tam, gdzie korzenie i pień drzewa. Powstanie w ten sposób „Drzewo mocy”, które uczniowie zawieszą w klasie.

## **7. Proszenie o pomoc to nie wstyd.**

Kolejne losowania małych grup. Należy zadbać, aby w grupach była rotacja.

Uczniowie zastanawiają się, gdzie szukać pomocy w sytuacji pojawiania się problemu związanego z życiem szkolnym lub pogarszającym się samopoczuciem.

Uczniowie tworzą listy propozycji osób i miejsc, w których mogą uzyskać pomoc.

W podsumowaniu przypominamy uczniom, jakie osoby mogą ich wspierać na terenie szkoły w trudnościach i problemach.

1. Zaufani dorośli: wychowawca, specjaliści szkolni (pedagog, psycholog).
2. Specjaliści pełniący dyżury w telefonach zaufania.
3. Psychologowie, pedagodzy w poradniach psychologiczno-pedagogicznych.

## **8. Zakończenie zajęć. Praca indywidualna.**

Każdy uczeń dostaje kartkę z początkiem zdania „W najbliższych tygodniach w szkole potrzebowałabym/ potrzebowałbym „ Zadaniem każdego jest dokończyć zdanie. Zdania wrzucane są do koperty lub pudełka. Kartki są anonimowe.

Można wrócić do zapisanych potrzeb na kolejnej lekcji (wychowawca w domu sporządza listę) i zastanowić się wspólnie jak je zaspokoić.

### **Działania skierowane do rodziców:**

- zachęcenie rodziców uczniów do zapoznania się z multimedialną prezentacją Dyrektora Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej w Żninie dotyczącą sygnałów świadczących o problemach natury emocjonalno - społecznej dzieci będących wynikiem izolacji spowodowanej pandemią oraz potrzeb dzieci w najbliższym czasie;
- przekazanie prezentacji do wszystkich placówek naszego powiatu z prośbą o udostępnienie rodzicom w przyjęty w danej placówce sposób;
- udzielanie indywidualnego wsparcia rodzicom dzieci mających trudności z readaptacją szkolną w ramach działalności Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej w Żninie.

### **Działania skierowane do nauczycieli:**

- zachęcenie pedagogów i psychologów szkolnych poprzez nawiązanie kontaktu telefonicznego do zapoznania się z materiałami przesłanymi przez Poradnię Psychologiczno – Pedagogiczną w Żninie dotyczącymi Kampanii Społecznej Szkoła Od Nowa oraz do skorzystania z przekazanych materiałów wspomagających proces reintegracji przekazanych szkołom - załącznik nr 1;
- zachęcenie wychowawców klas do skorzystania z propozycji warsztatów reintegracyjnych zawartych w Programie przygotowanym przez Poradnię Psychologiczno - Pedagogiczną w Żninie, które po diagnozie potrzeb mogą być realizowane w szkołach;

- przekazanie informacji pedagogom/psychologom szkolnym oraz zachęcenie ich do możliwości wykorzystania w pracy z uczniami narzędzi diagnostycznych przygotowanych przez Poradnię Psychologiczno – Pedagogiczną w Żninie ukierunkowanych na diagnozę kondycji psychicznej uczniów wracających do szkoły;
- nawiązanie ścisłej współpracy wyznaczonych opiekunów placówek (pracowników poradni) z dyrektorami, pedagogami i wychowawcami w celu uzyskania wsparcia w procesie reintegracji klasy - załącznik nr 2.

## **II etap**

### **Działania planowane do realizacji w roku szkolnym 2021/2022**

#### **Działania skierowane do uczniów:**

**Dla kogo:** uczniowie szkoły podstawowej; klasy IV-VIII

**Data realizacji:** rok szkolny 2021/2022

#### **Cel zajęć:**

- wyposażenie uczniów w wiedzę dotyczącą tego, jakie zagrożenia wynikają z nadmiernego korzystania z Internetu, telefonu, gier komputerowych, portali społecznościowych

#### **Cele szczegółowe:**

- wyposażenie dzieci w wiadomości o objawach nadmiernego korzystania z nowych technologii, w tym mogących się pojawić zachowaniach agresywnych, które pogarszają relacje z otoczeniem
- dokonanie analizy tego, ile dziecko spędza czasu w sieci, a ile przeznacza na naukę, kontakty z innymi, zabawę, wypoczynek, rozwijanie własnych zainteresowań - autoanaliza,
- wyposażenie dziecka w wiedzę praktyczną dotyczącą tego, gdzie szukać pomocy, gdy znajdziemy się w sytuacji nadmiernego korzystania z sieci.

**Czas trwania zajęć:** jedna godzina lekcyjna

**Pomoce:** film „Dzień z życia” lub fragmenty filmu z programu „3...2...1...Internet”, sprzęt multimedialny, ankieta o czasie spędzonym w sieci, tablica, flamastry ewentualnie kartki papieru, ulotki dla uczniów, prezentacja o uzależnieniu od nowych technologii

**Metody pracy:** „burza mózgów”, otwarta dyskusja z uczniami, prezentacja filmu, praca indywidualna, quiz, wyszukiwanie mocnych stron – pozytywne wzmocnienia, pozytywne ocenianie

**Prowadzący:** Magdalena Kozłowska, Małgorzata Głogowska, Magdalena Ulatowska

## **Działania skierowane dla rodziców i nauczycieli:**

### **Scenariusz pogadanki nt. „Bezpieczeństwo dziecka w sieci”**

**Dla kogo:** rodzice i kadra pedagogiczna uczniów klas IV-VIII Szkoły Podstawowej;

#### **Cel pogadanki:**

- wyposażenie rodziców i nauczycieli w wiedzę teoretyczną i praktyczne wskazówki dotyczące tego na jakie niebezpieczeństwa mogą natknąć się dzieci i młodzież korzystająca z Internetu oraz jak sobie radzić w trudnych sytuacjach

**Czas trwania spotkania:** 40 minut

**Pomoce:** prezentacja multimedialna, sprzęt multimedialny, ulotki dla rodziców dotyczące tego jak bezpiecznie korzystać z Internetu, ankieta ewaluacyjna

**Prowadzący:** Magdalena Kozłowska (pedagog-neurologopedka), Magdalena Ulatowska (pedagog), Małgorzata Głogowska (psycholog) - pracownicy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Żninie

#### **Przebieg spotkania:**

1. Powitanie. Przedstawienie tematu pogadanki
2. Prezentacja multimedialna połączona z omówieniem następujących treści:
  - kontakt z niebezpiecznymi treściami,
  - kontakt z niebezpiecznymi osobami,
  - kontakt z niebezpiecznymi działaniami (cyberprzemoc),
  - uzależnienie od Internetu – rozwinięcie tematu (omówienie szczegółowe objawów, sposobów zapobiegania),
  - konsekwencje, w tym prawne, niewłaściwych zachowań w sieci,
  - krótkie omówienie zasad bezpiecznego korzystania z sieci.
3. Gdzie szukać pomocy – podanie przykładowych adresów: [dzieckowsieci.pl](http://dzieckowsieci.pl), [helpline.org.pl](http://helpline.org.pl), 800 100 100
4. Podsumowanie spotkania
5. Ewaluacja – rodzice w klasach wypełniają krótkie ankiety ewaluacyjne dot. spotkania, rozdanie ulotek z zasadami bezpiecznego korzystania z sieci.

## **Ponadto:**

**Psychoedukacja rodziców (w zależności od potrzeb zgłaszanych przez rodziców).**

#### **Propozycje warsztatów:**

- „ Jak motywować dziecko do nauki”;
  - warsztaty dla rodziców „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców”;
  - warsztaty dla Rodziców „Trening Pewności Siebie”;
- Trening Pewności Siebie to **zajęcia dla dzieci i młodzieży**, które uczą pewności siebie w kontaktach z rówieśnikami, pomagają bronić się przed agresją ze strony kolegów, dają poczucie siły i wiarę we własne możliwości. Trening Pewności Siebie to zajęcia

dla rodziców, które uczą sposobów pomocy dziecku w sytuacji bycia prześladowanym;

- dyżur pracownika poradni, do dyspozycji rodziców, porady indywidualne, wsparcie w problemach.

### **Działania skierowane do nauczycieli:**

Propozycja zajęć warsztatowych do realizacji w klasach przez pracowników poradni po wcześniejszym uzgodnieniu terminów.

1. Trening Pewności Siebie – warsztaty trwają dwa razy po 5 godzin.  
Trening Pewności Siebie to **zajęcia dla dzieci i młodzieży**, które uczą pewności siebie w kontaktach z rówieśnikami, pomagają bronić się przed agresją ze strony kolegów, dają poczucie siły i wiarę we własne możliwości.
2. Radzenie sobie ze stresem – warsztat 2 godzinny.  
Czym jest stres, jak sobie z nim radzić, zmiana negatywnego sposobu myślenia na pozytywny, relaksacja.
3. Budowanie pozytywnych relacji w klasie - warsztat 2 godzinny.  
Czym są relacje, czym jest „dobra relacja”. Akceptacja siebie i innych.
4. Przeciwdziałanie przemocy i agresji - warsztat 2 godzinny.  
Co to jest przemoc, agresja. Rola sprawcy, ofiary, świadka.  
Dyskusja z uczestnikami warsztatów na temat przemocy i budowania pozytywnych relacji na podstawie 20 minutowego filmu tematycznego.

### **5. Ewaluacja programu**

Ankieta dla nauczycieli - załącznik nr 3



**Materiały przekazane przez Poradnię Psychologiczno-Pedagogiczną w Żninie  
do wykorzystania w czasie po powrocie uczniów do szkół po nauce zdalnej**

**Metody proponowane na pierwsze godziny wychowawcze:**

**Klasy młodsze:**

- za pomocą obrazków mogą wyrazić swoje emocje np. chmurka, słońce, deszcz, można je przyklejać na dużym arkuszu papieru, na tablicy za pomocą specjalnej plasteliny, na rzepy, nauczyciel też przykleja swój obrazek;
- można skorzystać z **obrazków/zdjęć przedstawiających różne emocje**;
- można wykorzystać obrazki różnych zwierząt, roślin do określania przez dzieci emocji;
- po przyklejeniu wszystkich nauczyciel komentuje wynik klasowy;
- jeśli przeważają tzw. gorsze nastroje pyta: co możemy zrobić aby to zmienić, jeśli przeważają tzw. lepsze pyta co możemy zrobić, żeby je utrzymać;
- wykorzystać chustę **KLANZA** i zorganizować na boisku szkolnym wspólne zabawy;

**Klasy starsze:**

- można zastosować **metodę skalowania**- na tablicy/arkuszu papieru narysowana skala od 1 do 10 i po kolei podchodzą uczniowie oraz nauczyciel, którzy określają swój nastrój;(„termometr klasowy”)
- wychowawca podsumowuje uzyskane wyniki;
- jeśli wyniki są w dolnych przedziałach zadaje pytanie: co możemy zrobić aby to zmienić, jeśli przeważają wyższe pyta co możemy zrobić, żeby je utrzymać;
- jeśli tylko kilka jest wyników mówiących o złym nastroju należy jednak poświęcić temu uwagę, np. spytać czy ktoś z tych uczniów chciałby coś o swoim złym nastroju powiedzieć; można zaproponować rozmowę po lekcji;
- można zastosować **metodę zdań niedokończonych – załącznik nr 1**

**Dla wszystkich uczniów:**

- bardzo korzystne będzie jeśli pierwsze lekcje będą odbywały się w klasach, gdzie będą krzesła ustawione w krąg - aby wszyscy uczniowie mogli się widzieć;
- na cały okres nauki, do końca roku szkolnego, wdrożyć metodę zaproponowaną przez prof. Jacka Pyżalskiego na szkoleniach organizowanych przez naszą poradnię „**sadzenie lasu**”- co tydzień przesadzać uczniów, aby doświadczyli bliższych relacji z różnymi kolegami/koleżankami z klasy;
- wcześniej należy uprzedzić uczniów o tych nowych zasadach w klasie;
- zorganizować wspólny spacer, wycieczkę pieszą, ognisko, wyjście na lody;
- wykorzystać **metodę BINGO** -- **załącznik nr 2**, instrukcja: każdy uczeń otrzymuje kartkę z zaznaczonymi dziewięcioma polami i ma poszukać w klasie osób, które miały podobne doświadczenia jak te na kartce i przez chwilę porozmawianie z kolegą/koleżanką na ten temat. Wpisać na kartce ich imiona;  
Zebrane informacje mogą posłużyć do rozmów podczas godziny wychowawczej.

Dopytujemy: Do którego stwierdzenia najtrudniej było znaleźć osobę, do którego najłatwiej, czego zaskakującego się dowiedziałeś o kolegach/koleżankach, nauczyciel też może opowiedzieć jak sobie radził w czasie izolacji.

- **Przygotowanie historyjki obrazkowej, tryptyku:**

- a) pierwszy rysunek: Nasza klasa przed nauką zdalną – ważne momenty z życia mojej klasy.
- b) drugi rysunek: Nasza klasa podczas nauki zdalnej – ważne momenty z życia naszej klasy.
- c) trzeci rysunek: Nasza klasa po powrocie do szkoły – ważne momenty z życia naszej klasy.

Prace wykonujemy podczas np. trzech kolejnych lekcji wychowawczych. Zastosowana technika plastyczna zależy od wieku dzieci.

Nauczyciel eksponuje wszystkie prace.

Nauczyciel podsumowuje: Co widzicie na obrazkach?, Jakie uczucia wam towarzyszą gdy oglądacie swoje prace?; Co te rysunki mówią o waszej klasie?; Czego potrzebujecie od siebie nawzajem po powrocie do szkoły?

Na koniec nauczyciel wypisuje na tablicy/dużym arkuszu papieru trzy najbardziej potrzebne zachowania w swojej klasie po powrocie do szkoły.

1. ....
2. ....
3. ....

## Ankieta dla uczniów

### Zdania niedokończone - ankieta jest anonimowa:

1. W najbliższych tygodniach w szkole potrzebowałabym/potrzebowałbym:

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

2. W czasie nauki zdalnej najbardziej udało mi się:

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

3. Jakie twoje cechy najbardziej przydadzą ci się po powrocie do szkoły?

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

4. Najbardziej zaskakująca/nieoczekiwana rzecz, zdarzenie w okresie mojej nauki zdalnej

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

5. Jak organizujesz sobie naukę w domu?

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

6. Co jest możliwe dzięki powrotowi do szkoły z nauki zdalnej?

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

7. Komu możesz zadawać pytania o to, co się teraz dzieje?, Z kim możesz porozmawiać?

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

8. Jak dbasz o swoje samopoczucie?

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

## BINGO

<p>Znajdź w klasie kogoś, kto w okresie nauki zdalnej miał problemy z Internetem</p> <p>.....</p>	<p>Znajdź w klasie kogoś, kto w okresie nauki zdalnej obejrzał dobry film</p> <p>.....</p>	<p>Znajdź w klasie kogoś, kto w okresie nauki zdalnej dzielił komputer z innym członkiem rodziny</p> <p>.....</p>
<p>Znajdź w klasie kogoś, kto w okresie nauki zdalnej długo sypiał</p> <p>.....</p>	<p>Znajdź w klasie kogoś, kto w okresie nauki zdalnej dużo czasu poświęcał domowemu zwierzęciu</p> <p>.....</p>	<p>Znajdź w klasie kogoś, kto w okresie nauki zdalnej sam sobie przygotowywał coś do zjedzenia</p> <p>.....</p>
<p>Znajdź w klasie kogoś, kto w okresie nauki zdalnej nauczył się czegoś nowego, ciekawego</p> <p>.....</p>	<p>Znajdź w klasie kogoś, kto w okresie nauki zdalnej poświęcał dużo czasu swojemu hobby</p> <p>.....</p>	<p>Znajdź w klasie kogoś, kto w okresie nauki zdalnej przeczytał dobrą książkę</p> <p>.....</p>

Placówka	Opiekun
Szkoła Podstawowa w Łabiszynie	Magdalena Ulatowska
Szkoła Podstawowa w Lubostroniu	Magdalena Ulatowska
Niepubliczna Szkoła Podstawowa w Nowym Dąbiu	Magdalena Ulatowska
Szkoła Podstawowa nr 1 w Barcinie	Iwona Jankowska
Szkoła Podstawowa nr 2 w Barcinie	Małgorzata Głogowska
LO Żnin, ZSE-H Żnin	Małgorzata Głogowska
Niepubliczne Przedszkole „Kraina zabawy” w Barcinie	Iwona Jankowska
Przedszkole nr 1 w Barcinie	Iwona Jankowska
Przedszkole nr 2 w Barcinie	Iwona Jankowska
Przedszkole nr 3 w Barcinie	Iwona Jankowska
Niepubliczna Szkoła Podstawowa w Bożejewicach	Iwona Jankowska
Szkoła Podstawowa w Piechcinie	Magdalena Kozłowska
Przedszkole w Piechcinie	Magdalena Kozłowska
ZSN w Piechcinie	Magdalena Kozłowska
Zespół Szkół Niepublicznych w Janowcu	Monika Mróz-Grzybowska
Szkoła Podstawowa w Mamliczu	Magdalena Ulatowska
Szkoła Podstawowa w Słębowie	Magdalena Ulatowska
Zespół Szkół Specjalnych w Żninie	Barbara Szewczyk
Szkoła Podstawowa w Rogowie	Małgorzata Głogowska
Szkoła Podstawowa w Gościeszynie	Małgorzata Głogowska
Szkoła Podstawowa nr 1 w Żninie	Urszula Hillemann-Grabowska
Szkoła Podstawowa nr 2 w Żninie	Urszula Hillemann-Grabowska
Szkoła Podstawowa nr 5 w Żninie	Urszula Hillemann-Grabowska
Spółeczna Szkoła „Trójka” w Żninie	Urszula Hillemann-Grabowska
Szkoła Katolicka w Mięcierzynie	Urszula Hillemann-Grabowska
Szkoła Podstawowa w Gąsawie	Grażyna Błażejewska
Szkoła Podstawowa w Laskach Wielkich	Grażyna Błażejewska
Przedszkole w Gąsawie	Grażyna Błażejewska
Zespół Szkół Niepublicznych w Gąsawie	Grażyna Błażejewska
Niepubliczna Szkoła Podstawowa w Gorzycach	Grażyna Błażejewska
Przedszkole Sióstr Służebniczek w Żninie	Grażyna Błażejewska
Szkoła Podstawowa w Żernikach	Monika Mróz-Grzybowska
Szkoła Podstawowa w Świątkowie	Monika Mróz-Grzybowska
Przedszkole nr 2 w Żninie	Monika Mróz-Grzybowska
Przedszkole Janowiec Wlkp.	Magdalena Kozłowska
Niepubliczna Szkoła Podstawowa w Brzyskorzystwi	Monika Mróz-Grzybowska
Szkoła Podstawowa w Janowcu Wlkp.	Karina Mróz-Owczarzak
Niepubliczna Szkoła Podstawowa w Laskowie	Karina Mróz-Owczarzak

Przedszkole nr 1 w Żninie	Karina Mróz-Owczarzak
Szkoła Podstawowa w Januszkowie	Karina Mróz-Owczarzak
Niepubliczna Szkoła Podstawowa w Sarbinowie II	Karina Mróz-Owczarzak
ZST Żnin	Barbara Szewczyk

## Ankieta dla nauczycieli

(Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Żninie)

Proszę o odpowiedź na poniższe pytania:

1. Jak jest samopoczucie Państwa uczniów po powrocie do szkoły?

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

2. Jakie potrzeby mają Państwa uczniowie w zakresie udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej?

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

3. Jakie problemy zgłaszają Państwu rodzice uczniów?

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

4. W jakim stopniu Państwa zdaniem podjęte przez Państwa działania reintegracyjne ułatwiły uczniom proces adaptacji w sytuacji ich powrotu do szkoły?

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

Dziękuję