

Przyszłość zaczyna się w szkole

Świat nie stoi w miejscu – zmienia się nieustannie, a my zmieniamy się razem z nim. To już nie jest pytanie o przyszłość, która kiedyś nadejdzie. Ona już tu jest – obecna w codzienności uczniów, nauczycieli, rodziców i pracodawców. Widzimy ją w nowych zawodach, które jeszcze kilka lat temu nie istniały. W technologiach, które w błyskawicznym tempie wchodzą do sal lekcyjnych. W oczekiwaniach rynku pracy, który potrzebuje nie tylko wiedzy, ale przede wszystkim kompetencji – tych technicznych i tych społecznych.

Widzimy tę zmianę w szkołach, na uczelniach, w rozmowach o przyszłości młodych ludzi. I chociaż czasem budzi ona niepokój, częściej staje się impulsem do działania, bo nie chodzi już o to, by *nadążyć* za światem – ale by mądrze go współtworzyć.

Współczesna edukacja staje przed nowym wyzwaniem: przygotowania uczniów nie tylko do pierwszej pracy, ale do całego życia zawodowego i osobistego, które wymaga nieustannego uczenia się. Uczenie się przez całe życie – *life long learning* – przestaje być opcją, a staje się koniecznością. W dynamicznym świecie, w którym zmieniają się technologie, modele biznesowe i społeczne oczekiwania, to właśnie zdolność do aktualizowania swojej wiedzy i rozwijania umiejętności będzie kluczem do sukcesu.

Nie chodzi jednak wyłącznie o twarde umiejętności. Przyszłość należy do tych, którzy potrafią efektywnie komunikować się, pracować zespołowo, myśleć krytycznie i twórczo rozwiązywać problemy. Kompetencje przyszłości to umiejętność adaptacji, zarządzania sobą w czasie, elastyczność i gotowość do ciągłego przekraczania granic własnych możliwości. Szkoła – obok przekazywania wiedzy – powinna być dziś przestrzenią, w której uczniowie uczą się, jak się uczyć. To właśnie ta metaumiejętność decyduje o tym, jak poradzą sobie w nieznanym jeszcze świecie.

Na tę potrzebę odpowiada projekt realizowany w Województwie Śląskim w ramach Krajowego Planu Odbudowy. Jego nazwa – *Zbudowanie systemu koordynacji i monitorowania regionalnych działań na rzecz kształcenia zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie* – może brzmieć technicznie, ale w rzeczywistości dotyczy spraw bardzo konkretnych i bardzo ludzkich. Mówi o edukacji, która nie jest oderwana od rzeczywistości. Mówi o współpracy, która przynosi realne efekty. Mówi o trosce – o młodych ludzi, o ich przyszłość, o wspólną jakość życia w regionie.

W Departamencie Edukacji patrzymy na ten projekt nie jak na obowiązek, ale jak na szansę. Szansę, by edukacja zawodowa stała się realnie atrakcyjna, by doradztwo zawodowe nie było dodatkiem do systemu, ale jego integralnym elementem – kompasem w świecie pełnym możliwości, by rozwijanie kompetencji STEM, umiejętności miękkich i gotowości do uczenia się przez całe życie nie było przywilejem, ale podstawą dobrze funkcjonującej społeczności.

Razem z instytucjami, które są filarami edukacyjnego ekosystemu w regionie – Regionalnym Ośrodkiem Doskonalenia Nauczycieli „WOM” w Katowicach, Regionalnym Ośrodkiem Metodyczno-Edukacyjnym „Metis” w Katowicach i Planetarium – Śląskim Parkiem Nauki – nadajemy tym założeniom konkretną formę. Wspólne konferencje, warsztaty, panele i spotkania nie są tylko punktami w kalendarzu. To przestrzeń dialogu. Miejsca, gdzie spotykają się nauczyciele z pasją, naukowcy z wizją i eksperci z doświadczeniem. A kiedy różne perspektywy spotykają się w jednym celu – naprawdę dzieją się rzeczy ważne.

Nie rozwiążemy wszystkich problemów od razu. Ale jeśli dzięki tej wspólnej pracy szkoła stanie się miejscem, które nie tylko uczy, ale przygotowuje do życia – to znaczy, że idziemy w dobrym kierunku. Bo przyszłość edukacji nie opiera się wyłącznie na systemach i strategiach. Opiera się na ludziach, którzy mają odwagę coś zmienić – i zaczynają od siebie. A ci, którzy uczą się przez całe życie, zawsze będą gotowi nie tylko przyjąć zmiany, ale również je inspirować.

To nauczyciele są dziś – bardziej niż kiedykolwiek – przewodnikami po świecie nieustannej nauki. To oni rozbudzają w młodych ludziach ciekawość, która nie kończy się wraz z ostatnim dzwonkiem. To oni pokazują, że *life long learning* nie jest modnym sloganem, ale sposobem na życie w świecie, gdzie kompetencje przyszłości stają się kompetencjami codzienności. To dzięki nim uczniowie nie tylko zdobywają wiedzę, ale uczą się, jak stawać się ludźmi – świadomymi, elastycznymi, gotowymi zmieniać świat wokół siebie na lepsze.

Dlatego z szacunkiem i ogromną nadzieją patrzymy na każdego, kto podejmuje ten trud i tę odpowiedzialność. Bo przyszłość – ta prawdziwa, nie statystyczna i nie wirtualna – zaczyna się właśnie w szkolnych salach, w relacjach i w codziennej pracy tych, którzy wierzą, że edukacja ma moc zmieniania świata.

Anna Kwaśniewska

Dyrektor Departamentu Edukacji w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Śląskiego

Czego uczy dzisiejsza szkoła?



Dorota Rembiasz-Gaborska, Cezary Lempa

Konsultanci w Pracowni Zarządzania i Analiz Oświatowych w RODN „WOM” w Katowicach

*Jeśli uczyliśmy dzisiejszych uczniów tak, jak uczyliśmy wczoraj,
to okradamy ich z przyszłości*

JOHN DEWEY

➤ Powyższy cytat zaczerpnęliśmy z publikacji Instytutu Badań Edukacyjnych *Profil absolwenta i absolwentki. Droga do zmian w edukacji* pod redakcją Agnieszki Szymczak, Elżbiety Strzemiecznej. Według raportów Instytutu Badań Edukacyjnych – PIB polscy uczniowie osiągają wysokie wyniki w międzynarodowych badaniach. Znajdują się w pierwszej 10 krajów z najlepszymi wynikami z matematyki i przyrody, są w światowej czołówce pod względem osiągnięć w czytaniu, myśleniu kreatywnym, umiejętnościach finansowych oraz wiedzy i rozumieniu kwestii obywatelskich¹. Mimo tego, że polscy uczniowie osiągają dobre wyniki, eksperci i ekspertki w obszarze edukacji, nauczyciele, nauczycielki i rodzice są zgodni co do tego, że polska szkoła nie wspiera uczniów i uczennic w wystarczającym stopniu w rozwoju kompetencji niezbędnych we współczesnym i przyszłym świecie. *Uczniowie i uczennice nie czują przynależności do szkoły, zmniejsza się sam sens uczenia oraz to, jak czują się w szkole.*

Dlaczego konieczne są zmiany? Ponieważ poza przyswojeniem wiedzy uczniowie powinni:

- umieć z niej korzystać,
- twórczo ją przetwarzać,
- samodzielnie budować,
- kontestować,

- szukać nowych rozwiązań,
- mieć poczucie własnych kompetencji,
- dążyć do osiągania celów.

Czy dzisiejsza szkoła uczy tego wszystkiego młodych ludzi? Tradycyjny model uczenia się, tzw. model pruski, polega na jednostronnym przekazie i nierówności stron biorących w nim udział:

- nauczyciel – ten, który **wie**,
- uczeń – ten, który tę wiedzę **przyjmuje**,

w dzisiejszych czasach chyba już się przeżył. Podstawą zmian stała się pedagogika humanistyczna, w której nauczyciel jest:

- przewodnikiem,
- mentorem,
- facylitatorem (ułatwiającym proces uczenia się) wspomagającym ucznia i uczennicę w ich wszechstronnym rozwoju (tzn. w odkrywaniu i rozwijaniu ich potencjału, samodzielnego myślenia, refleksji, podejmowania decyzji).

Jednym z kluczowych elementów zmian jest przygotowany przez IBE *Profil absolwenta i absolwentki*, który wyznacza kierunki rozwoju uczniów na wszystkich etapach edukacji – od przedszkola poprzez szkołę podstawową do szkoły ponadpodstawowej. Profil określa kluczowe kompetencje, wartości i obszary kształcenia, ma pomóc młodym ludziom lepiej przygotować się do życia społecznego i zawodowego, wskazując tym samym cel kształcenia. *Nowe podstawy programowe mają odpowiadać potrzebom nauczycieli, być praktyczne i użyteczne w pracy z dziećmi i młodzieżą oraz wspierać rozwój umiejętności uczniów.*²

¹ *Profil absolwenta i absolwentki. Droga do zmian w edukacji*. Red. A. Szymczak i E. Strzemieczna. Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa 2024.

² <https://ibe.edu.pl/pl/zmiany-szkolach>

W artykule skupimy się na profilu ucznia i uczennicy szkoły podstawowej. W proponowanym materiale IBE celem szkoły jest przygotowanie młodych ludzi do życia w obecnych, ale również przyszłych warunkach i kontekstach oraz wspieranie swoich uczniów i swoich uczennic w kształtowaniu umiejętności podstawowych oraz kompetencji kluczowych, uniwersalnych i międzyprzedmiotowych.

Aby osiągnąć te cele, należy zadbać, aby uczniowie i uczennice wiedzieli (wiedzieli), **po co** się uczą, rodzice wiedzieli **czego oczekiwać** od szkoły, nauczyciele wiedzieli, **jaki** **kompetencje** powinni kształtować u uczniów i uczennic, **jaka wiedza** jest do tego niezbędna i **jaki wartości** powinny przyświecać ich pracy z uczniami i uczennicami.

Realizacja celów szkoły powinna być oparta na podstawie programowej, środowisku edukacyjnym, metodach nauczania (wykorzystujące dydaktykę kognitywną), transparentnym ocenianiu osiągnięć (sprawiedliwe, obiektywne i motywujące). Gdzie przez środowisko edukacyjne rozumiemy środowisko fizyczne, czyli miejsce, w którym się uczymy, oraz ludzi – uczniów i uczennice, rodziców, nauczycieli, wszystkich pracowników szkoły i instytucje oraz organizacje towarzyszące szkole i wspierające jej działania³. Kognitywizm natomiast to aktywne zdobywanie wiedzy. Powinien stać się podstawą doboru metod i form pracy z uczniem i uczennicą, prowadząc do ich aktywizowania w procesie uczenia się. Interesujące staje się wykorzystanie kognitywistyki w procesie uczenia się zgodnie z poniższym schematem:

Kognitywna pętla nauki



Zrozumienie – dopasowanie nowej informacji do tego, co już wiemy.

Pamięć – przetwarzanie nowych informacji i integracja z utrwaloną wcześniej wiedzą.

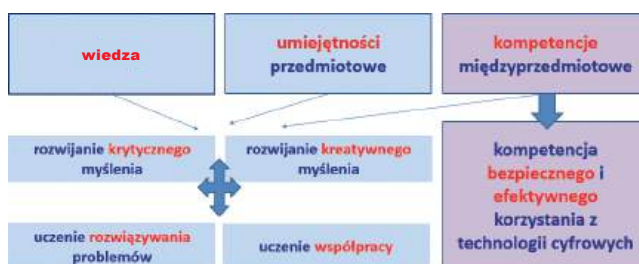
Zastosowanie – wdrażanie nowej wiedzy w trakcie rzeczywistych interakcji.

Schemat ten zakłada uczenie się uwarunkowane zrozumieniem treści kształcenia, które zostają przetworzone, a następnie zintegrowane z wcześniej poznaną (opanowaną) wiedzą i zastosowane w nowej rzeczywistości.

Profil absolwenta przedszkola i szkoły podstawowej zakłada, że szkoła powinna wyposażać uczniów i uczennice w:



Osiągnięcia te kształtowane są poprzez działania opisane na poniższym schemacie:



Rozwijanie krytycznego i kreatywnego myślenia pozwala na uczenie umiejętności rozwiązywania problemów oraz współpracy, bardzo przydatnych we współczesnym świecie. Porównanie i charakterystyka krytycznego oraz kreatywnego myślenia została opisana w poniższej tabeli.

Krytyczne myślenie	Kreatywne myślenie
Zdolność oceny danych, informacji i argumentów w celu: - wyciągania racjonalnych wniosków, - unikania błędów poznawczych (np. nieracjonalny sposób postrzegania rzeczywistości, - manipulacji (sprzeczności pomiędzy naszymi przekonaniami a odbieranymi informacjami) i uprzedzeń. Składowe krytycznego myślenia: - gromadzenie informacji, - analiza i synteza informacji, - wnioskowanie i wykorzystywanie informacji, - rozpoznawanie manipulacji.	Zdolność tworzenia oryginalnych i wartościowych idei, pomysłów i rozwiązań. Obejmuje: - rozbudzanie własnej ciekawości, - myślenie abstrakcyjne, - kreowanie pomysłów, - udoskonalanie pomysłów.

Wiedza i umiejętności przedmiotowe kształtowane przez rozwijanie krytycznego i kreatywnego myślenia, umiejętności rozwiązywania problemów oraz współpracy stają się podstawą uczenia się kompetencji międzyprzedmiotowych ze szczególnym zwróceniem uwagi na kompetencję bezpiecznego i efektywnego korzystania z technologii cyfrowych.

³ https://tiny.pl/hs9fz3_p

Profil absolwenta i absolwentki został sformułowany na podstawie:

- wyników badań naukowych i metaanaliz (czyli analiz zawierających syntezę wniosków z wielu badań w obszarze edukacji),
- wieloletniej polskiej tradycji oświatowej,
- doświadczeń innych krajów,
- polskich i międzynarodowych dokumentów strategicznych.

Wykorzystano rozwiązania skuteczne (w ocenie ekspertów) – co potwierdzają wyniki międzynarodowych badań porównawczych, takich jak PISA czy TIMS, lub literatura przedmiotu, a także wydające się możliwe do zaadaptowania do polskiego systemu edukacji: Australia, Estonia, Irlandia, Kolumbia Brytyjska (Kanada), Portugalia, Walia i Singapur⁴.

Model profilu absolwenta i absolwentki został zbudowany na bazie koła, co ma podkreślać jednakową wartość wszystkich zawartych w nim sfer (wymiar holistyczny)⁵:

- 1) wiedzy,
- 2) kompetencji,
- 3) sprawczości,
- 4) wartości.



Sfera pierwsza

Wiedza w obszarach kształcenia:

1. Matematyka,
2. Język polski,
3. Język(i) obcy(e),
4. Informatyka i nowoczesne technologie,
5. Kultura i sztuka,
6. Historia i społeczeństwo,
7. Nauki przyrodnicze,
8. Technika,
9. Ruch i zdrowie.



Pod pojęciem wiedzy rozumie się najważniejsze fakty, pojęcia i zależności, teorie i metody w obszarach kształcenia (wymienione w modelu):

- wiedza, ŻE (wiedza deklaratywna),
- wiedza, JAK (wiedza proceduralna).

Sfera druga

Kompetencje to połączenie wiedzy, umiejętności i postaw. Oznaczają zdolność do podejmowania określonych działań z wykorzystaniem:

- **wiedzy**, czyli **faktów, pojęć, idei i teorii**, które pomagają zrozumieć określone zagadnienie,
- **umiejętności**, czyli **zdolności do realizacji** określonych zadań i wykorzystywania przy tym **wiedzy** do osiągania konkretnych celów,
- **postaw**, obejmujących **gotowość i skłonność** do działania w różnych sytuacjach.

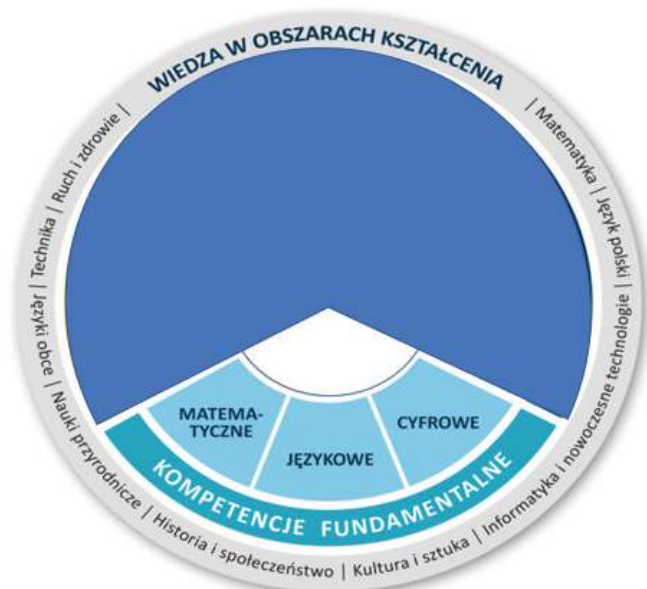


⁴ Profil absolwenta i absolwentki. Droga do zmian w edukacji...

⁵ Wykresy pochodzą z publikacji: Profil absolwenta...

Profil absolwenta wyróżnia dwa rodzaje kompetencji:

1) fundamentalne



Kompetencje fundamentalne powinny stanowić podstawę do rozwijania **kompetencji przekrojowych**. Spośród kompetencji fundamentalnych jako najistotniejsze wskazuje się:

- 1) kompetencje matematyczne rozumiane jako⁶ **odkrywanie matematycznych zasad, dostrzeganie prawidłowości, rozwijanie własnych strategii rozwiązywania problemów, wykorzystanie wiedzy i umiejętności do nauki innych przedmiotów, wykorzystanie w aktywności pozaszkolnej, wykorzystanie w świecie cyfrowym;**
- 2) kompetencje językowe, dzięki którym uczniowie i uczennice będą mogli **zrozumieć** otaczający ich świat, **pozyskiwać** wiedzę i **umiejętności** niezbędne do uczestnictwa w społeczeństwie, **rozwijać inne kompetencje** w oparciu o wiedzę zdobytą w szkole i poza nią, **pozyskiwać informacje, rozwijać myślenie i wyrażać idee i uczucia, uczyć się, w jaki sposób używać języka** we wszystkich obszarach nauki;
- 3) kompetencje cyfrowe, czyli wysokiej jakości edukacja informatyczna we wszystkich obszarach kształcenia, w zakres, której wchodzi: **analizowanie i rozwiązywanie problemów z różnych dziedzin, programowanie, robotyka, wykorzystywanie gotowych aplikacji, urządzenia cyfrowe, współpraca cyfrowa, cyberbezpieczeństwo, prawo cyfrowe.**

Kompetencje fundamentalne: matematyczne, językowe i cyfrowe mają na celu rozwijać u uczniów i uczennic **krytyczne i kreatywne myślenie oraz umiejętność rozwiązywania problemów**, zwiększać przekonanie o własnej **skuteczności** we wszystkich obszarach kształcenia (przyrody, technologii, ale także historii i społeczeństwa, kultury i sztuki oraz zdro-

2) przekrojowe



wia), rozwijać **kompetencje osobiste** oraz **sprawczość**.

Drugą kategorią kompetencji wskazaną jako istotną w modelu *Profilu absolwenta i absolwentki* są **kompetencje przekrojowe**. W ich zakresie autorzy modelu wyróżniają **trzy sfery rozwoju** uczniów i uczennic:

- 1) **społeczne**, w tym współpraca oraz dbanie o innych,
- 2) **poznawcze**, w tym krytyczne myślenie, kreatywne myślenie, rozwiązywanie problemów,
- 3) **osobiste**, w tym kierowanie sobą, dbanie o siebie.

Sfera trzecia

Trzecim i ostatnim komponentem wyeksponowanym na równi z kompetencjami modelu jest **sprawczość**, dająca odporność i motywację do działania, rozwój świadomych siebie osób, które będą same kreowały swoją przyszłość i świat wokół siebie.

Tak rozumiana sprawczość wyrażona jest w modelu poprzez:

- nastawienie na rozwój
- przekonanie o własnej wartości
- samoregulację,
- poczucie przynależności do wspólnoty.

Budowanie sprawczości u uczniów i uczennic ma polegać na podejmowaniu takich działań wychowawczych, dydaktycznych i opiekuńczych przez szkołę, które będą uwzględniały rozwijanie tożsamości i poczucia przynależności, poczucia własnej skuteczności, aspiracji i odporności psychicznej.

⁶ Profil absolwenta i absolwentki. Droga do zmian w edukacji...



Najistotniejszym jednak wydaje się, to co zawarte jest w centrum modelu.

Sfera czwarta

Wartości zostały po raz pierwszy zdefiniowane i mają być swoistym kompasem rozwoju uczniów i uczennic.

Każda szkoła podstawowa, planując pracę dydaktyczną, wychowawczą i opiekuńczą powinna zastanowić się, jakie podjąć działania w ramach *Programu wychowawczo-profilaktycznego*, aby absolwent szkoły był przygotowany do podjęcia wyzwań współczesnego świata, w jaki sposób powinien funkcjonować *Wewnętrzny system doradztwa zawodowego*, aby uczniowie byli sprawczy.



Na podstawie zaproponowanego profilu absolwenta i absolwentki sformułowano **propozycje** konkretnych i mierzalnych celów systemu oświaty:

- 1) **skuteczne funkcjonowanie w różnych rolach społecznych** – przygotowanie uczennic i uczniów do świadomego, skutecznego i satysfakcjonującego funkcjonowania w życiu osobistym, rodzinnym, zawodowym i obywatelskim;
- 2) **tożsamość i wartości** – wprowadzenie uczennic i uczniów w świat wartości określonych w Konstytucji RP, wzmocnienie ich patriotyzmu, więzi ze wspólnotą lokalną, europejską i ogólnoludzką oraz troski o dobro wspólne;
- 3) **rozwój aspiracji** – rozwijanie aspiracji uczennic i uczniów i wsparcie ich w pełnej realizacji indywidualnego potencjału w sferze fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej;
- 4) **wiedza** – budowanie wiedzy pozwalającej uczennicom i uczniom zrozumieć otaczający ich świat oraz umiejętności fundamentalnych, pozwalających go poznawać;
- 5) **kompetencje** – rozwijanie kompetencji poznawczych, społecznych i osobistych pozwalających *uczennicom i uczniom* sprawnie działać z korzyścią dla siebie, dla innych oraz dla wspólnoty;
- 6) **sprawczość** – budowanie sprawczości uczennic i uczniów w realizacji własnych potrzeb oraz realizacji zamierzonych celów;
- 7) **wyrównywanie szans** – wyrównywanie szans edukacyjnych wszystkich uczniów, w tym uczniów ze szczególnymi potrzebami edukacyjnymi;
- 8) **wsparcie rodzin w wychowaniu i funkcji opiekuńczej** – wsparcie wychowawczej i opiekuńczej funkcji rodziny.

Model *Profilu absolwenta i absolwentki* jest rzeczywistą próbą dostosowania polskiej edukacji do wymagań, z jakimi spotyka się każdy człowiek w XXI wieku. Analiza publikacji Instytutu Badań Edukacyjnych powinna stać się materiałem do pracy nauczycieli w radach pedagogicznych, ponieważ zawiera opis filozofii zmiany, która rozpoczyna się od 2026 roku. Zachęcamy Państwa do systematycznego odwiedzania naszej strony internetowej, korzystania z oferty szkoleniowej oraz sięgania po teksty zawarte w „Forum Nauczycieli” – będziemy się tą tematyką zajmować w nadchodzącym roku szkolnym.

Potrzebujesz konsultacji?

Nasi konsultanci są do dyspozycji! Wykaz obszarów tematycznych na stronie:

<https://www.womkat.edu.pl/obszary-konsultacji>



WARTO WIEDZIEĆ

Edukacja zdrowotna w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych w roku szkolnym 2025/2026

W roku szkolnym 2025/2026 wchodzi do szkół przedmiot edukacja zdrowotna, który zastępuje przedmiot wychowanie do życia w rodzinie. Uczestnictwo w zajęciach jest dobrowolne dla ucznia, natomiast szkoła powinna te zajęcia zorganizować. Do 25 września dyrektor szkoły jest zobowiązany do przeprowadzenia spotkania z rodzicami w celu zapoznania ich z nauczycielem nowego przedmiotu oraz z założeniami programu nauczania. Rodzice ucznia niepełnoletniego zgłaszają dyrektorowi szkoły pisemnie rezygnację ich dziecka z udziału w zajęciach, uczeń pełnoletni dokonuje tego sam.

Przedmiot obejmuje klasy od IV do VIII szkoły podstawowej oraz dwie klasy w szkołach ponadpodstawowych.

W pewnym sensie edukacja zdrowotna może stanowić kluczowy przedmiot w całej edukacji, ponieważ ujmując człowieka na różnych poziomach: somatycznym i emocjonalnym, psychicznym i umysłowym, wolitywnym i aksjologicznym. W tej perspektywie wprowadzenie tego przedmiotu powinno wprowadzić nową jakość w szkolnej edukacji.

Według ministerialnych założeń *Edukacja zdrowotna to wieloetapowy, wielopłaszczyznowy i interdyscyplinarny proces prowadzący do budowania wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych pozwalających na trafne rozpoznanie potrzeb zdrowotnych własnych i otoczenia oraz podejmowanie odpowiednich działań profilaktycznych czy naprawczych. [...] Głównym celem podstawy programowej w zakresie przedmiotu edukacja zdrowotna jest kształtowanie kompetencji uczniów związanych z całonocną dbałością o zdrowie oraz budowanie potencjału zdrowotnego własnego i otoczenia*¹.

Zgodnie z ministerialnymi założeniami w ramach przedmiotu edukacja zdrowotna nauczyciel kształtuje i rozwija u uczniów sześć umiejętności:

1. Umiejętność – realizowanie działań wpływających na utrzymanie, poprawę i ochronę zdrowia.
2. Umiejętność – rozpoznawanie sytuacji zagrażających życiu i zdrowiu, w tym zagrożeń wynikających z degradacji środowiska naturalnego i zmiany klimatu, i reagowanie na nie.
3. Umiejętność – budowanie pozytywnego wizerunku siebie i innych osób oraz podtrzymywanie zdrowych relacji interpersonalnych (w rodzinie i otoczeniu) i kształtowanie postawy szacunku wobec środowiska naturalnego.
4. Umiejętność – promowanie w swoim otoczeniu postaw opartych na zdrowym stylu życia.
5. Umiejętność – monitorowanie aktualnego stanu zdrowia we wszystkich jego wymiarach.
6. Umiejętność – poszukiwanie, weryfikowanie i analizowanie informacji w zakresie własnego zdrowia i czynników na nie wpływających².

Podstawa programowa dla szkoły podstawowej oraz ponadpodstawowej obejmuje 10 działów tematycznych: (I.) Wartości i postawy, (II) Zdrowie fizyczne, (III) Aktywność fizyczna, (IV) Od-

żywianie, (V) Zdrowie psychiczne, (VI) Zdrowie społeczne (VII) **Dojrzewanie (tylko w szkołach podstawowych)**, (VIII) Zdrowie seksualne, (IX) Zdrowie środowiskowe, (X) Internet i profilaktyka uzależnień, (XI) **System ochrony zdrowia (tylko w szkołach ponadpodstawowych)**.

§ 2. Realizacja treści programowych zajęć stanowi spójną całość z pozostałymi zadaniami wychowawczo-profilaktycznymi szkoły, w szczególności:

- 1) wspiera wychowawczą rolę rodziny;
- 2) wspiera ucznia w rozwoju ku pełnej dojrzałości w sferze fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej;
- 3) wzmacnia i uzupełnia działania z zakresu profilaktyki problemów zdrowia psychicznego i fizycznego dzieci i młodzieży;
- 4) wzmacnia postawy prorodzinne, prozdrowotne i prospołeczne;
- 5) wspiera budowanie relacji międzyludzkich opartych na wartości zdrowia, godności, szacunku i tolerancji;
- 6) wzmacnia współpracę szkoły i pielęgniarki środowiska nauczania i wychowania lub higienistki szkolnej w zakresie edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia, z uwzględnieniem potrzeb zdrowotnych oraz rozpoznanych czynników ryzyka dla zdrowia uczniów, zgodnie z art. 18 ustawy z dnia 12 kwietnia 2019 r. o opiece zdrowotnej nad uczniami (Dz.U. poz. 1078)³.

Zajęcia edukacji zdrowotnej mogą być realizowane w formie klasowo-lekcyjnej, projektów edukacyjnych oraz wyjazdów edukacyjnych, wizyt (np. w domu seniora, gabinecie lekarskim, różnych instytucjach zajmujących się zdrowiem itp.), wycieczek rowerowych.⁴

Brak absolwentów studiów uniwersyteckich w zakresie nauczania tego przedmiotu sprawia, że według ministerialnych założeń nowy przedmiot mogą prowadzić nauczyciele: wychowania do życia w rodzinie, biologii, przyrody, wychowania fizycznego, psychologii, lekarze, pielęgniarki, pod warunkiem, że zajęcia są prowadzone zgodnie z podstawą programową nauczania tego przedmiotu.

Realizacja celów ogólnych i szczegółowych przedmiotu jest oparta na rzetelnej wiedzy naukowej dotyczącej człowieka w jego wymiarze fizycznym, psychicznym, umysłowym (duchowym) i społecznym.

W Regionalnym Ośrodku Doskonalenia Nauczycieli „WOM” w Katowicach będą organizowane szkolenia dla nauczycieli nowego przedmiotu:

- kursy doskonalące,
- warsztaty stacjonarne,
- szkolenia on-line,
- sieć współpracy i samokształcenia nauczycieli edukacji zdrowotnej,
- szkolenia rad pedagogicznych.

Serdecznie zapraszamy!

Marianna Kłyk (RODN „WOM” w Katowicach)

1 Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 6 marca 2025 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej [Dz. U. 2025 poz. 378]; Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 6 marca 2025 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia [Dz.U. 2025 poz. 38].

2 Tamże.

3 Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 7 kwietnia 2025 r. w sprawie sposobu nauczania szkolnego oraz zakresu treści dotyczących wiedzy o życiu seksualnym człowieka, o zasadach świadomego i odpowiedzialnego rodzicielstwa, o wartości rodziny, życia w fazie prenatalnej oraz metodach i środkach świadomej prokreacji zawartych w podstawie programowej kształcenia ogólnego [Dz. U. 2025.poz. 467].

4 Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 6 marca 2025 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej...

Dzieci w sieci – między ciekawością a zagrożeniem.

O odpowiedzialności, której nie można zlekceważyć



— Anna Gruca —

Główny specjalista w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Śląskiego

» Dzieci nie wchodzi już do sieci.¹ One w niej żyją – budują relacje, zdobywają wiedzę, szukają rozrywki. Jednak przestrzeń cyfrowa, choć pełna możliwości, niesie też realne zagrożenia. Cyberprzemoc, hejt, dezinformacja – to codzienność tysięcy młodych internautów. W tej rzeczywistości nauczyciele stają się nie tylko przewodnikami po wiedzy, ale i strażnikami cyfrowego bezpieczeństwa. Jak nie zgubić się w tej roli? Jak wspierać dzieci w odpowiedzialnym i świadomym korzystaniu z internetu? Odpowiedzią jest edukacja, która uczy życia – również tego online.

Dla współczesnych uczniów świat online i offline przenikają się w sposób całkowicie naturalny. To, co jeszcze dekadę temu wydawało się nowością, dziś jest normą – choć nie zawsze bezpieczną. Najnowszy raport *Internet dzieci*, opracowany przez Instytut Cyfrowego Obywatelstwa wraz z partnerami, pokazuje skalę zjawiska, której nie można bagatelizować. Już ponad 1,4 miliona dzieci w wieku 7 – 12 lat regularnie korzysta z platform społecznościowych i komunikatorów, mimo że formalnie nie są one przeznaczone dla ich grupy wiekowej. TikTok, Facebook, Instagram, Messenger, WhatsApp – to nazwy, które dzieci znają lepiej niż tytuły lektur szkolnych. Co

więcej – dla wielu z nich aplikacje te są stałym elementem dnia. Tylko na TikToku najmłodsi użytkownicy spędzają średnio ponad dwie godziny dziennie.

To nie jest tylko kwestia rozrywki i zabicia czasu. To fakt, który powinien niepokoić. Dzieci wchodzi w świat zaprojektowany w taki sposób, by zatrzymywał je jak najdłużej. Algorytmy aplikacji społecznościowych nie są neutralne – podsycają emocje, promują treści budzące kontrowersje, często skrajne i nieodpowiednie. To wszystko wpływa na rozwój emocjonalny młodych użytkowników, na ich sposób postrzegania siebie i innych, a także na relacje z rówieśnikami i dorosłymi.

Czy to tylko niewinna rozrywka? Niestety – nie tylko

Badania NASK *Nastolatki 3.0* ujawniają ciemniejszą stronę cyfrowego życia. Blisko połowa młodych ludzi zetknęła się w internecie z wyzwiskami i przemocą słowną. Prawie 70% wskazuje, że mowa nienawiści stanowi dla nich poważny problem. Równie poważne wyzwanie stanowi dezinformacja. Ponad 43% nastolatków nie potrafi odróżnić informacji prawdziwych od fałszywych, a blisko połowa z nich w ogóle nie sprawdza wiarygodności źródeł.

¹ Artykuł powstał po konferencji: *Bezpieczeństwo dzieci w sieci – wyzwania i odpowiedzialność*, na podstawie danych z raportu *Internet dzieci* (Instytut Cyfrowego Obywatelstwa, Państwowa Komisja ds. przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich, PBI i Gemius) oraz badania NASK *Nastolatki 3.0*.

Wszystko to pokazuje, jak pilna jest potrzeba systemowego wsparcia dzieci w budowaniu kompetencji cyfrowych. I jak ważną rolę do odegrania ma tu szkoła.

Szkoła – miejsce, w którym uczymy życia (także online)

Jeszcze niedawno zadaniem szkoły było głównie przekazywanie wiedzy. Dziś równie istotne stało się kształtowanie postaw. To nauczyciele stają się przewodnikami po skomplikowanej rzeczywistości cyfrowej – uczą, jak zachować się w sieci, jak chronić swoją prywatność, jak reagować na przemoc i jak rozpoznawać manipulację.

To niełatwe zadanie. Dlatego szkoły nie mogą być w tej misji osamotnione. Potrzebują wsparcia – aktualnych danych, materiałów dydaktycznych, programów profilaktycznych i szkoleń dla nauczycieli. Kluczowe jest także budowanie partnerstwa z rodzicami, którzy często są nieświadomi cyfrowych aktywności swoich dzieci.

Przykładem dobrych praktyk mogą być działania Województwa Śląskiego, Fundacji i Uczelni Korczaka zainicjowane po publikacji raportu *Internet dzieci*, zakładające cykliczne spotkania i debaty z udziałem ekspertów, przedstawicieli sektora publicznego i edukacyjnego. Tylko wspólne działanie pozwoli realnie wpłynąć na poprawę bezpieczeństwa najmłodszych w cyfrowej rzeczywistości.

To od nauczycieli w dużej mierze zależy, czy w szkole znajdzie się miejsce na rozmowę o sieci – nie jako o abstrak-

cyjnym *problemie*, ale jako o realnym środowisku, w którym młodzi spędzają znaczną część swojego życia. To oni mogą dać przykład, jak korzystać z nowych technologii z umiarem i rozważą. To oni – cierpliwie, krok po kroku – mogą uczyć, że cyfrowa odwaga to nie tylko komentowanie pod anonimowym *nickiem*, ale przede wszystkim umiejętność stawiania granic, mówienia *nie* przemocy i dbania o innych.

Odpowiedzialność dorosłych – klucz do bezpiecznej przyszłości

Dzieci nie znikną z internetu. Przeciwnie – z roku na rok będą coraz bardziej w nim obecne. To, czy będą się umiały poruszać w nim bezpiecznie, zależy od dorosłych. To od nas – nauczycieli, pracowników oświaty, rodziców, ekspertów i decydentów – zależy, czy internet będzie dla młodych ludzi miejscem rozwoju, czy źródłem zagrożeń.

Budowanie kompetencji cyfrowych i uczenie zasad odpowiedzialnego korzystania z sieci powinno być integralną częścią edukacji. Tak samo, jak uczymy dzieci zachowania się w klasie, w grupie rówieśniczej czy na ulicy, powinniśmy uczyć je także, jak być mądrym i odpowiedzialnym użytkownikiem internetu. Tylko wtedy cyfrowy świat stanie się przestrzenią nie tylko obecności, ale i bezpieczeństwa. Przestrzenią, w której dzieci będą mogły nie tylko być, ale i rozwijać się w harmonii z wartościami, jakie chcemy im przekazać.

RODN „WOM” w Katowicach zaprasza!

PROGRAM KOMPLEKSOWEGO WSPOMAGANIA SZKÓŁ



Przez wspomaganie należy przez to rozumieć działania organu sprawującego nadzór pedagogiczny lub dyrektora szkoły lub placówki mające na celu inspirowanie i intensyfikowanie w szkole lub placówce procesów służących poprawie i doskonaleniu ich pracy, ukierunkowane na rozwój uczniów i wychowanków.

STRUKTURA PROGRAMU:

- Zgłoszenie się szkoły do programu.
- Podpisanie porozumienia pomiędzy dyrektorem szkoły i dyrektorem RODN „WOM” w Katowicach.
- Diagnoza wstępna – analiza czynników kontekstowych szkoły i określenie obszarów do rozwoju.
- Opracowanie ogólnych założeń programu działań (RPW – Roczny Plan Wspomagania), dostosowanych do potrzeb szkoły.
- Pomoc ośrodka w realizacji procesu kompleksowego wsparcia poprzez koordynację szkoleń, konsultacji i spotkań z ekspertami. Monitorowanie procesu.

- Podsumowanie, wspólnie z nauczycielami, programu wsparcia poprzez określenie stopnia realizacji założonych celów.

PRZYKŁADY OBSZARÓW WYMAGAJĄCYCH WSPARCIA:

- agresja w szkole,
- konflikty w obrębie rady pedagogicznej,
- współpraca z rodzicami i otoczeniem,
- wdrażanie kompetencji kluczowych,
- niższe od oczekiwanych wyniki na egzaminach zewnętrznych,
- niedostosowanie metod pracy nauczycieli do potrzeb szkoły.

Korzyści dla szkoły: wymierne efekty pracy, całościowe spojrzenie ekspertów na szkołę, wsparcie wysokiej klasy specjalistów.

Zgłoszenia: Dział Szkoleń: kursy@womkat.edu.pl
szkolenia@womkat.edu.pl

Zapraszamy do współpracy!



PRZYPOMINAMY!

Kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2025/2026: [...]

5. Promowanie higieny cyfrowej i bezpiecznego poruszania się w sieci, rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie, poprawne metodycznie wykorzystywanie przez nauczycieli nowoczesnych technologii, w szczególności opartych na sztucznej inteligencji oraz korzystanie z zasobów Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej.

Razem dla dobra ucznia:

jak budować efektywną współpracę nauczyciela z rodzicem?



— Anna Czarlińska-Wężyk —

Konsultantka w Pracowni Wychowania, Kształcenia Ogólnego i Zawodowego w RODN „WOM” w Katowicach

» Współpraca nauczycieli z rodzicami i opiekunami uczniów jest kluczowym elementem procesu edukacyjnego. Zrozumienie, że zarówno szkoła, jak i dom odgrywają istotną rolę w wychowaniu i rozwoju dziecka, jest fundamentem efektywnego porozumienia. Niniejszy artykuł przedstawia praktyczne wskazówki i strategie, które pomogą nauczycielom budować trwałe i owocne relacje z rodzicami, aby wspólnie wspierać sukces ucznia.

Rola komunikacji

Podstawą udanej współpracy jest otwarta i skuteczna komunikacja. Warto zadbać o regularny kontakt z rodzicami, czy to poprzez spotkania, rozmowy telefoniczne, wiadomości e-mail, czy platformy online.

Kilka wskazówek:

- Ustal jasne cele komunikacji – informowanie rodziców o postępach ucznia, wspólne rozwiązywanie problemów, wymiana opinii.
 - Buduj atmosferę zaufania – każdy kontakt powinien opierać się na szacunku i zrozumieniu.
 - Słuchaj aktywnie – zadawaj pytania, okazuj zainteresowanie opiniami rodziców i ich obserwacjami.
- W szkole szczególnie ważne jest wykorzystanie różnych narzędzi do kontaktu z rodzicami:
- Regularne spotkania: organizowanie zebrań klasowych, podczas których nauczyciel omawia program nauczania, osiągnięcia uczniów oraz wyzwania, z którymi szkoła może

się mierzyć. Na przykład: zaplanowanie konsultacji indywidualnych w celu omówienia trudności ucznia z czytaniem oraz wspólne ustalenie planu działania.

- Platformy komunikacyjne online: korzystanie z narzędzi, takich jak dzienniki elektroniczne lub aplikacje do komunikacji, np. przysyłanie rodzicom zdjęć ucznia z zajęć praktycznych, by mogli zobaczyć jego zaangażowanie w projekt.
- Dni otwarte szkoły: zaproszenie rodziców do wspólnego poznawania funkcjonowania szkoły, co zwiększa ich poczucie zaangażowania w życie szkolne.

Nie ma trudnych rodziców – są tylko trudne sytuacje

Warto pamiętać, że rodzice *nie są trudni z natury* – często złożoność sytuacji, stres, troska o dobro dziecka lub różne doświadczenia życiowe sprawiają, że ich reakcje mogą być wyzwaniem. Kluczem jest zrozumienie perspektywy drugiej strony i umiejętne rozładowanie napięć. Zamiast stawiać bariery, warto szukać punktów wspólnych i budować relację opartą na empatii. Takie podejście pozwala na przekształcenie potencjalnych konfliktów w owocną współpracę.

Jak napisała Małgorzata Zalewska-Bujak: *Istotnym warunkiem wstępnym współpracy jest postrzeganie rodziców jako sprzymierzeńców szkoły i nauczycieli, co wymaga przyjęcia akceptującej postawy wobec nich. Nie oznacza ona bezwarunkowej afirmacji ich myślenia czy postępowania, ale otwarcie się na proces wzajemnej edukacji. Wymaga także podjęcia wysiłku kształtowania wzajemnego szacunku, a w przypadku nauczycieli przyjęcia faktu, że rodzi-*

ce są pierwszymi nauczycielami swoich dzieci i wywierają na nie największy wpływ.¹

W szkole nauczyciele mogą spotkać się z rodzicami, którzy wydają się *trudni*, ale kluczem jest podejście skupiające się na sytuacji, a nie na cechach osobowych.

Przykłady:

- Rodzic zdenerwowany oceną, którą otrzymało jego dziecko: zamiast się tłumaczyć, nauczyciel może zaproponować spotkanie, podczas którego wspólnie przeanalizują postępy ucznia i omówią strategię poprawy.
- Rodzic wyrażający frustrację z powodu problemów z zachowaniem ucznia: zorganizowanie warsztatów dla rodziców na temat radzenia sobie z trudnymi emocjami dziecka oraz zaproszenie psychologa na wspólne rozmowy.

Współpraca w codziennej praktyce szkolnej

Skuteczna współpraca oznacza partnerskie podejście – nauczyciele i rodzice jako zespół. Kilka obszarów do rozważenia:

- Plany działania: omawianie indywidualnych potrzeb dziecka oraz wspólne ustalanie celów nauczania. Jeśli uczeń ma trudności z matematyką, nauczyciel może spotkać się z rodzicem, aby wspólnie ustalić dodatkowe ćwiczenia w domu oraz pomóc w uzgodnieniu terminów spotkań grupy samopomocowej moderowanej przez nauczycielkę, nauczyciela.
- Wsparcie emocjonalne: zrozumienie sytuacji rodzinnej ucznia, pomoc w budowaniu poczucia bezpieczeństwa. Dzieci często przeżywają trudne chwile, np. rozwód rodziców. Nauczyciel może ustalić z opiekunem, aby dziecko miało możliwość rozmowy z pedagogiem szkolnym w każdej chwili.
- Projekty i wydarzenia: włączanie rodziców w organizację wydarzeń szkolnych, warsztatów czy wycieczek. Nauczyciel organizujący wycieczkę może poprosić rodziców o pomoc w przygotowaniach; np. rodzice mogą prowadzić warsztaty ekologiczne podczas wyjazdu do parku narodowego. W przypadku organizacji warsztatów naukowych na terenie szkoły, rodzice mogą pomóc w przygotowaniu stanowisk, np. eksperymentów fizycznych, chemicznych czy botanicznych, takich jak badanie wzrostu roślin. Warsztaty mogą zakończyć się wystawą dla innych uczniów oraz rodziców, co wzmocni poczucie wspólnoty.

Rozwiązywanie konfliktów i wyzwiań

Trudności w relacjach nauczyciel-rodzic są nieuniknione. Kluczowe jest więc podejście oparte na empatii i wspólnym poszukiwaniu rozwiązań:

- Przejrzystość i szczerość: nawet trudne tematy należy omawiać otwarcie, ale z szacunkiem.
- Skupienie na uczniu: zawsze kieruj się dobrem dziecka, unikając personalizacji problemów.

- Mediacje: w sytuacjach poważnych – rozważ wsparcie osoby trzeciej: psychologa, pedagoga.

Szkolna współpraca czasami wiąże się z trudnościami. Przykłady radzenia sobie z konfliktami:

- Nieporozumienia dotyczące zachowania ucznia: jeśli rodzic nie zgadza się z opinią nauczyciela, można zaproponować spotkanie z dzieckiem, rodzicem oraz psychologiem, aby wspólnie wypracować plan poprawy zachowań.
- Przejrzystość w trudnych sytuacjach: gdy rodzic zgłasza naruszenie zasad w klasie, nauczyciel powinien otwarcie i spokojnie omówić szczegóły, unikając oskarżeń, koncentrując się na przyszłych rozwiązaniach.

Jednym ze sposobów budowania atmosfery wzajemnego szacunku i zrozumienia w klasie jest stworzenie **klasowego kontraktu**, czyli zestawu zasad obowiązujących w szkole lub klasie. Dobrze opracowany kontrakt może być skutecznym narzędziem w zapobieganiu konfliktom i budowaniu pozytywnych relacji.

Kto i jak powinien stworzyć kontrakt?

- **Uczniowie:** proces tworzenia kontraktu powinien obejmować całą klasę. Ważne jest, aby uczniowie mieli realny wpływ na ustalanie zasad. Dzięki temu czują się współodpowiedzialni za ich przestrzeganie. Nauczyciel może np. poprowadzić warsztaty lub burzę mózgów, podczas których uczniowie wspólnie ustalą najważniejsze zasady.
- **Rola nauczyciela:** nauczyciel powinien moderować dyskusję i upewnić się, że zasady są realistyczne, sprawiedliwe i zgodne z wartościami szkoły. Może również zaproponować dodanie zasad, które dotyczą wspólnego bezpieczeństwa i wzajemnego szacunku.

Jaki powinien być dobry kontrakt?

- **Krótki i jasny:** kilka prostych zasad, np. *Słuchamy się nawzajem, Dbamy o porządek w klasie, Rozwiązujemy konflikty poprzez rozmowę.*
- **Uniwersalny, ale dostosowany do grupy:** powinien uwzględniać specyficzne potrzeby klasy, np. pomoc koleżeńską w nauce czy zasady używania telefonów komórkowych.
- **Wizualnie atrakcyjny:** może to być plakat lub tablica, którą ozdobią sami uczniowie, aby czuli większe zaangażowanie.

Jak wdrożyć kontrakt?

- **Prezentacja i podpisanie:** gotowy kontrakt powinien zostać zaprezentowany i omówiony z całą klasą. Warto, aby każdy uczeń i nauczyciel podpisał się pod nim, akceptując zasady.
- **Regularne przypomnienia:** nauczyciel może nawiązywać do kontraktu podczas lekcji, np. kiedy pojawia się konflikt, przypominając zasadę, która go dotyczy.
- **Integracja w życie klasy:** kontrakt powinien być żywy –

1 M. Zalewska-Bujak: *Współpraca nauczycieli z rodzicami uczniów – przez pryzmat nauczycielskich narracji* „Kwartalnik Pedagogiczny”, 2020 nr 2 (256).

omawiany podczas godzin wychowawczych, uzupełniany o nowe pomysły uczniów i stosowany w praktyce w codziennych sytuacjach.

Jak sprawić, by kontrakt był stale aktualny?

- **Refleksja i aktualizacja:** raz w miesiącu można poświęcić kilka minut na omówienie, jak klasa radzi sobie z przestrzeganiem zasad. Czy wszystkie punkty wciąż są aktualne? Może warto coś zmienić?
- **Docenianie za przestrzeganie zasad:** warto podkreślać pozytywne zachowania uczniów zgodne z zasadami kontraktu, np. nagradzając ich pochwałami ustnymi lub małymi nagrodami symbolicznymi (odznaka, dyplom itp.).
- **Angażowanie rodziców:** podczas zebrań z rodzicami warto krótko przedstawić klasowy kontrakt i zaprosić rodziców do wspierania dzieci w jego przestrzeganiu również w domu.

Dzięki odpowiedniemu procesowi tworzenia i pielęgnowania klasowego kontraktu może on stać się kluczowym narzędziem do budowania spójnej i harmonijnej atmosfery w klasie przez cały rok.

Oto przykładowe kontrakty dla trzech różnych grup wiekowych, dostosowane do specyficznych potrzeb i możliwości uczniów.

➤ Kontrakt dla klas 1 – 3

W naszej klasie:

1. Słuchamy siebie nawzajem i czekamy na swoją kolej w rozmowie.
2. Używamy miłych słów – nie obrażamy innych.
3. Dbamy o porządek w sali i szanujemy wspólne rzeczy.
4. Zawsze podnosimy rękę, zanim zabierzemy głos na lekcji.
5. Pomagamy sobie nawzajem – jesteśmy drużyną!
6. Gdy czegoś nie rozumiemy, pytamy i prosimy o pomoc.
7. Przestrzegamy zasad bezpieczeństwa podczas zabaw i zajęć.

Jak wdrażać:

- Kontrakt można stworzyć podczas burzy mózgów z dziećmi, zapisując ich propozycje na dużym arkuszu papieru.
- Można go ozdobić rysunkami dzieci, przedstawiającymi wybrane zasady.
- Warto regularnie przypominać zasady na początku tygodnia oraz podkreślać pozytywne przykłady ich przestrzegania.

➤ Kontrakt dla klas 4 – 8

Zasady naszej klasy:

1. Szanujemy siebie nawzajem – nie wyśmiewamy się i nie obrażamy.
2. Jesteśmy punktualni na lekcjach i gotowi do nauki.
3. Używamy urządzeń elektronicznych tylko zgodnie z ustaleniami nauczyciela.
4. Angażujemy się w pracę grupową i wspieramy innych.

5. Dbamy o porządek – sprzątamy po sobie i szanujemy wyposażenie klasy.
6. Rozwiązujemy konflikty poprzez rozmowę, bez krzyków i agresji.
7. Uczciwie podchodzimy do nauki – nie ściągamy i szanujemy pracę innych.

Jak wdrażać:

- Można podzielić uczniów na grupy, prosząc każdą o przedstawienie własnych propozycji zasad. Następnie grupy razem uzgadniają ostateczną wersję kontraktu.
- Po zaakceptowaniu zasad przez wszystkich uczniów, kontrakt można podpisać, a kopię wywiesić w klasie.
- Raz w miesiącu można przeprowadzać krótką rozmowę – czy zasady są przestrzegane i czy coś wymaga aktualizacji.

➤ Kontrakt dla uczniów szkoły ponadpodstawowej (liceum, technikum)

Nasze zasady w klasie:

1. Traktujemy się z szacunkiem – zarówno rówieśników, jak i nauczycieli.
2. Przychodzimy przygotowani do lekcji i angażujemy się w zajęcia.
3. Dbamy o atmosferę pracy – unikamy rozmów, które przeszkadzają innym.
4. Wyrażamy swoje zdanie kulturalnie, słuchając również opinii innych.
5. Pilnujemy zasad korzystania z telefonów – bez zgody nauczyciela nie używamy ich w czasie lekcji.
6. Dbamy o porządek w przestrzeni, z której korzystamy (klasa, korytarz, stołówka).
7. Jeśli mamy problem, zgłaszamy go w sposób konstruktywny.

Jak wdrażać:

- Tworzenie kontraktu można rozpocząć od dyskusji z uczniami o wartościach, które chcieliby, aby obowiązywały w ich klasie.
- Ważne jest, aby nauczyciel pozostawił przestrzeń na negocjacje i wspólne dopracowanie zapisów.
- Kontrakt można udostępnić cyfrowo (np. w dzienniku elektronicznym lub na platformie online), aby uczniowie mieli do niego stały dostęp.
- Aby kontrakt nie stracił znaczenia, warto co semestr zorganizować krótką debatę na temat przestrzegania zasad i ich ewentualnej aktualizacji.

Te kontrakty są elastyczne i można je dostosowywać do specyfiki grupy oraz szkoły.

➤ Kontrakt dla uczniów szkoły ponadpodstawowej – wersja z wyjaśnieniami

Nasze zasady w klasie:

1. Traktujemy się z szacunkiem – zarówno rówieśników, jak i nauczycieli.

Szacunek oznacza unikanie obraźliwego języka, wyśmiewania, przerywania innym oraz umiejętność słuchania odmiennych opinii bez negatywnego komentarza. W praktyce może to wyglądać tak, że uczniowie nie używają wulgaryzmów, pozwalają nauczycielowi spokojnie prowadzić zajęcia, a w rozmowach grupowych unikają dominowania.

2. Przychodzimy przygotowani do lekcji i angażujemy się w zajęcia.

Uczniowie powinni mieć ze sobą potrzebne materiały: zeszyty, podręczniki czy materiały wymagane na lekcję (np. kalkulator). *Angażujemy się* oznacza aktywne uczestniczenie w lekcjach – odpowiadanie na pytania, wykonywanie poleceń oraz unikanie odwracania uwagi innych, np. rozmowami czy korzystaniem z telefonów.

3. Dbamy o atmosferę pracy – unikamy rozmów, które przeszkadzają innym.

Należy zachować ciszę podczas zajęć wymagających koncentracji, np. testów, wspólnych ćwiczeń czy wyjaśnienia nauczyciela. Oznacza to także zrozumienie, że każdy ma prawo do komfortowych warunków pracy, bez zakłóceń czy chaosu.

4. Wyrażamy swoje zdanie kulturalnie, słuchając również opinii innych.

Podczas dyskusji czy pracy w grupie uczniowie powinni formułować swoje myśli w sposób jasny i uprzejmy, bez krytyki osobistej wobec innych. Słuchanie opinii oznacza, że nie przerywamy i odnosimy się konstruktywnie do wypowiedzi kolegów/koleżanek.

5. Pilnujemy zasad korzystania z telefonów – bez zgody nauczyciela nie używamy ich w czasie lekcji.

Telefony mogą być używane wyłącznie wtedy, gdy nauczyciel pozwoli na ich wykorzystanie w celach edukacyjnych, np. do poszukiwania informacji w Internecie czy korzystania z aplikacji wspierających naukę. Poza tym pozostają wyłączone i schowane, aby nie rozpraszać uwagi podczas zajęć.

6. Dbamy o porządek w przestrzeni, z której korzystamy (klasa, korytarz, stołówka).

Co to oznacza?

- W klasie: uczniowie sprzątaj swoje stanowiska po zakończeniu lekcji – np. chowają papiery, odkładają krzesła i zostawiają ławki czyste. Jeśli coś się przypadkowo zniszczy, zgłaszają to nauczycielowi.

- Na korytarzu: unikają pozostawiania śmieci, nie blokują przejścia grupą i poruszają się bez biegania, aby nie stwarzać zagrożenia.

- Na stołówce: po zakończeniu posiłku odnoszą naczynia w wyznaczone miejsca i nie zostawiają bałaganu na stole.

7. Jeśli mamy problem, zgłaszamy go w sposób konstruktywny. Jak to rozumieć?

- Jeśli uczeń ma trudności z przedmiotem lub zadaniem, powinien zgłosić to nauczycielowi – np. mówiąc: *Nie rozumiem tego zagadnienia, czy możemy do niego wrócić?* zamiast ignorować problem.

- W przypadku konfliktu z rówieśnikiem zamiast konfrontacji lub próby ignorowania sytuacji, należy zgłosić sprawę nauczycielowi lub wychowawcy i spróbować wspólnie znaleźć rozwiązanie.

- Konstruktywność oznacza, że uczeń nie obwinia innych, lecz skupia się na wyjaśnieniu sytuacji i szukaniu rozwiązań, np. *Nie rozumiem, dlaczego otrzymałem taką ocenę – czy mogę omówić to z nauczycielem?*

Dobre praktyki

1. **Aktywne słuchanie** – okazanie zrozumienia i empatii. Rodzice często przychodzą do szkoły z własnymi obawami. Ważne jest, aby ich wysłuchać, zamiast od razu przechodzić do obrony stanowiska.

Przykład:

- **Rodzic:** Moje dziecko twierdzi, że nauczyciel go nie lubi i przez to dostaje gorsze oceny.

- **Nauczyciel:** Rozumiem, że to dla Pani bardzo ważne. Chciałbym się temu dokładnie przyjrzeć i zobaczyć, jak możemy rozwiązać tę sytuację.

- **Dlaczego działa?** Zamiast zaprzeczać, nauczyciel okazuje zrozumienie i pokazuje gotowość do współpracy.

2. **Parafrazowanie** – upewnienie się, że dobrze rozumiemy obawę. Często konflikt wynika z błędnej interpretacji faktów. Powtórzenie kluczowych punktów w rozmowie pomaga uniknąć nieporozumień.

Przykład:

- **Rodzic:** Uważam, że zadania domowe są zbyt trudne i moje dziecko jest przez nie zestresowane.

- **Nauczyciel:** Czy dobrze rozumiem, że Pani zdaniem ilość pracy domowej jest przytłaczająca dla dziecka?

- **Dlaczego działa?** Rodzic widzi, że jego uwagi są traktowane poważnie, a nauczyciel upewnia się, że rozumie sedno problemu.

3. **Technika komunikacji ja zamiast ty** – unikanie oskarżeń. Zamiast bezpośrednio oceniać zachowanie rodzica, warto skupić się na własnych odczuciach i spostrzeżeniach.

Przykład:

- Zamiast: Nigdy nie przychodzi Pani na zebrania.

- Powiedz: Chciałbym, żebyśmy częściej mieli okazję rozmawiać o edukacji Pani dziecka. Może znajdziemy dogodny sposób na kontakt?

- **Dlaczego działa?** Rodzic nie czuje się zaatakowany, ale dostaje jasny komunikat o potrzebie lepszego kontaktu.

Linoskoczek nad przepaścią

Licealista czyta Nietzschego



— Urszula Wykurz —

Nauczycielka języka polskiego w Szkole Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi nr 144 im. Bohaterów Września 1939 w Krakowie

➤ Przejęty poczuciem tragiczności życia wśród ludów i narodów Miguel de Unamuno wierzył, że kot jest stworzeniem rozumującym, śmiejącym się i płaczącym (w zależności od nastroju i perturbacji jelitowych); krab rozwiązuje równania trzeciego stopnia, a banicie z ogrodu Eden powierzono wykonanie najszlachetniejszego z najpiękniejszych zadań: katalogowanie świata, obłaskawianie demonów semantycznej iluzji, kolekcjonowanie artefaktów, by metabolizm informacyjny działał bez zakłóceń na linii Ja–i–Reszta–Kosmosu. Schelling zaufał światłu i naturze pachnącej stokrotkami. Ricoeur apelował, by zmienić perspektywę, porzucić patos, schować na strych koszulę Dejaniry. Arystoteles radził, aby nie wybierać w ten sam sposób płaszcza i przyjaciela. Buber chciał, by człowiek, budując dom i samego siebie, pamiętał o solidnych fundamentach i dachu podwójnej ekspiacji, tj. porozumienia z Tym–Który–Przegląda się–w–Moich–Żrenicach. Fichte nigdy nie puszczał swych myśli ani z wiatrem, ani na wiatr. Uczył, że nie wolno karmić marzeń potrawką z odgrzewanych złudzeń. Hegel dumnie wkroczył do królestwa veritas. Horkheimer ubolewał, że wszechświat ogłuchł i nie dba o detale. Wittgenstein miał odwagę wyznać, że wielkie pytania na zawsze pozostaną zakryte. Kierkegaard włożył dwa palce w egzystencję. Życzeniem Jaspersa było, aby mieszkaniowiec trzeciej planety od słońca zagubił się w oceanie zadań i możliwości.

Myślicielem, który urzeka, jest ten, wokół którego narosło wiele legend; ten, który budzi niezdrowe emocje; ten, który stał się ofiarą krzywdzących sądów, polem walki dla politycznej propagandy. Fryderyk Nietzsche głosił, że *potężny i udatny człowiek trawi swoje przeżycia (czyny, z niecnymi włącznie) tak, jak trawi swe posiłki, nawet jeśli musi połykać twarde kęsy*¹. Pewne treści spreparowano, niektóre postulaty wyeksponowano do rozmiarów gotyckiej katedry. Okrzyknięto go buntownikiem, odszczepieńcem, apostołem anarchii i aksjologicznego bezwstydu. Pan z wąsikami jak równo przystrzyżona trawka uczynił z niego ojca chromosomów doskonałości. Apostołowie wiary czystej niczym źródłana woda z Efezu krytykowali tezy, które przyprowadzały pobożne matrony o rumieniec wstępu, a gorliwym katolikom skutecznie psuły niedzielny obiad. Obalał stereotypy. *Wszystkie rzeczy dobre mają w sobie coś niedbałego i leżą jak krowy na łące*². Przemawiał z pozycji psychologa, który wie, że człowiek uwielbia otaczać się luksusem, pragnie otumanić się rozrywką; jedną z nich jest niestety okrucieństwo. Apelował, by nie marnować ani czasu, ani energii, ani tym bardziej ducha. Udowodnił, że ludzkość cierpi na chroniczną niekonsekwencję i próżność. Tęsknimy za rajem na ziemi, a oszukujemy tych, którzy niebo zamknęli w lśniących łzą źrenicach. Wciąż chcemy *bić pięściami w rzeczywistość*³. Ukrywamy twarz za maską, by lepiej prezentować się

1 F. Nietzsche: *Z genealogii moralności*. Przeł. G. Sowiński. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011, s. 138.

2 F. Nietzsche: *Wędrowiec i jego cień*. Przeł. K. Drzewiecki. vis-à-vis/Etiuda, Kraków 2010, s. 47.

3 J. Żulczyk: *Wzgórze Psów*. Świat Książki, Warszawa 2017, s. 734.

na wielkiej giełdzie życia. Kiedy się ma wiele do schowania, dzień ma sto kieszeni⁴. Ignorujemy fakt, że największym i najtrudniejszym do spłacenia podatkiem jest podatek... szacunku. Do podobnych wniosków doszedł piewca *homo esperans*, Erich Fromm, oraz przewodnik po sztuce życia, Zygmunt Bauman.

Nietzsche twierdził, że *mieć kolce wszelako to marnotrawstwo, a podwójny luksus, gdy można nie mieć kolców, lecz tylko otwarte ramiona*⁵. Wziął do ręki młot, by przekonać innych, że trzeba dumnie żyć, być wojownikiem, odpowiadać za samego siebie, nie uciekać przed samotnością, która ma siedem skór. Nie bał się mówić o tym, co znajduje się poza dobrem i złem. Przestrzegał, by ten, kto pojedynkuje się z potworami, zachowywał wielką ostrożność, i nie stał się zjawą z nocnego koszmara. Ze smutkiem przyznał, że *nic nie jest brzydkie prócz wyrodniejącego człowieka*⁶.

Borykał się z bólami migrenowymi, uciekał do ciemnego pokoju i poduszkami zasłaniał wiosenne niebo. Toczył boje z własnymi demonami, a mimo to z ufnością przyjmował myśli, które przychodzą na gołębih łapkach, w końcu *na bezpieczne ścieżki wysłała się jeno słabeuszy*⁷. Mistrz finezyjnego aforyzmu, piewca dionizyjskich misteriów wielokrotnie przekonywał, że człowiek powinien wymagać prawdy, a następnie karmić się prawdą. Nie może tego czynić w izolacji. Specjalista od ludzkich sekretów i arcyludzkich złośliwości wierzył, że miłość i dobro są ziołami zbawienia. Wezwanie, by pokonywać własne słabości, przekraczać granice, niszczyć bariery w drodze do osiągnięcia coraz wyższych celów to nauka o tym, jak być człowiekiem spełnionym (*l'uomo completo*), to przewodnik dla tych, którzy chcą łączyć w sobie elementy *homo ludens* z pierwiastkiem *homo religiosus*, to apel, by nie rezygnować z przynależności do wspólnoty *homo loquens*, i wreszcie, świadectwo bolesnej prawdy, iż człowieczy grymas bólu i niezadowolenia to spuścizna po drażliwym *homo rapax*. To my każdego dnia policzkujemy niebo, a nasze wady są oczami, przez które oglądamy ideał⁸.

Pragnął, by człowiek został linoskoczkiem, który ujarzmił własne lęki, który wychodzi światu naprzeciw, mając przy tym świadomość, że może spaść, potłuc się, stracić równowagę. *Nie da się poprawić tabliczki mnożenia, można jednak przejść dzięki niej do wyższej matematyki*⁹. Transgresyjna koncepcja człowieka, o której pisał później Józef Kozielecki, to dla nas lekcja ufności, odwagi, żarliwości w dążeniu do celu.

PROPOZYCJE ZADAŃ DLA UCZNIÓW

➤ Zadanie 1.

Uzasadnij słuszność stwierdzenia: *człowiek wymaga prawdy i zdobywa ją w moralnym obcowaniu z ludźmi, na tym opiera się wszelkie wspólne życie*¹⁰. W argumentacji wykorzystaj biografie wybranych bohaterów literackich i filmowych. Zastanów się, dlaczego należy wymagać prawdy. Pomyśl, z czym wiąże się zdobywanie prawdy.

➤ Zadanie 2.

W formie eseju przedstaw swoje stanowisko na temat kondycji współczesnego człowieka. Kierując się słowami filozofa, *wielkim rezultatem dotychczasowej ludzkości jest to, iż nie potrzebuje już ustawicznie lękać się dzikich zwierząt, barbarzyńców, bogów i własnych snów*¹¹, ustal, w jakich epokach człowiek nie musiał tego robić.

➤ Zadanie 3.

Zdecyduj, który bohater literacki zgodziłby się z tezą, że *nie siła, lecz trwałość szczytnych odczuwań szczytnego tworzy człowieka*¹². Swoją decyzję krótko uzasadnij.

➤ Zadanie 4.

Niemiecki myśliciel głosił, że *miarą wolności, czy to dla jednostki, czy to dla społeczeństwa, jest stopień oporu, który ustawicznie pokonywać należy, żeby pozostać u góry: wolności, rzecz prosta, rozpatrywanej jako moc pozytywna, jako wola mocy*¹³. Wskaż, którzy bohaterowie literaccy posiadali silny charakter, zdobywali dzięki niemu świat. Rozważ, czym dla nich była:

- wolność,
 - wola mocy,
 - przebywanie na szczytach (wiedzy, władzy, świadomości).
- Swoje wnioski przedstaw w formie mapy myśli.

➤ Zadanie 5.

5.1. Zinterpretuj słowa: *zasada podstawowa: tylko jednostki czują się odpowiedzialne. Gromady wynaleziono po to, żeby robić rzeczy, do których jednostce brak śmiałości*¹⁴. Zapisz, dlaczego człowiek na przestrzeni wieków cenił takie wartości, jak: odpowiedzialność, honor, obowiązkowość, sumienność, wytrwałość, determinacja.

5.2. Wskaż, w jaki sposób sztuki plastyczne i filmowe prezentują śmiałości, awanturników, buntowników, wicherzycieli.

5.3. Skomentuj, podsumuj, oceń dokonania Geralta z Rivii. Odwołaj się do literackiej lub serialowej biografii bohatera. Wykorzystaj poniższy tekst¹⁵.

4 F. Nietzsche: *Ludzkie arcyludzkie*. Przeł. K. Drzewiecki. vis-à-vis/Etiuda, Kraków 2016, s. 270.

5 F. Nietzsche: *Ecce homo. Jak się staje, czym się jest*. Przeł. B. Baran. Wydawnictwo Baran i Suszczyński, Kraków 1996, s. 50.

6 F. Nietzsche: *Zmierzch bożyszcz, czyli jak się filozofuje młotem*. Przeł. G. Sowinski. Wydawnictwo A, Kraków 2000, s. 86.

7 H. Hesse: *Gra szklanych paciorków. Próba opisu życia magistra ludzi Józefa Knechta wraz z jego spuścizną pisarską*. Przeł. M. Kurecka. Oficyna Wydawnicza „Jednorożec”, Poznań 1992, s. 58.

8 F. Nietzsche: *Wędrowiec i jego cień...*, s. 38.

9 W. Moers: *Labirynt Śniących Książek. Powieść z Camonii autorstwa Hildegunda Rzeźbiera Mitów*. Przeł. K. Bena. Wydawnictwo Dolnośląskie, Poznań - Wrocław 2014, s. 306.

10 F. Nietzsche: *Pisma pozostałe 1862 – 1875*. Przeł. B. Baran. Inter Esse, Kraków 1993, s. 244.

11 F. Nietzsche: *Jutrzenka. Myśli o przesądach moralnych*. Przeł. S. Wyrzykowski. vis-à-vis/Etiuda, Kraków 2012, s. 18.

12 F. Nietzsche: *Poza dobrem i złem*. Przeł. S. Wyrzykowski. Klub Otrycki Komisji Kształcenia i Wydawnictw RN ZSP, Warszawa 1983, s. 96.

13 F. Nietzsche: *Wola mocy. Próba przemiany wszystkich wartości (Studia i fragmenty)*. Przeł. Stefan Frycz, Konrad Drzewiecki. Wydawnictwo „bis”, Warszawa 1993, s. 391.

14 Tamże, s. 381.

15 Tekst powstał na potrzeby niniejszego artykułu (przyp. Autorki).

Białowłosy wiedźmin, niczym mityczny Prometeusz, nie- sie mieszkańcom wolność, zapewnia spokój i bezpieczeń- stwo. Uczy, jak postępować z bestią, która szpetnie wygląda, cieszy się okropną sławą, lecz – ku zdziwieniu miejscowych urzędników – nie ma w niej ani agresji, ani podłości. Mężczyź- ni patrzą wilkiem na tego, który kurołiszka się nie lęka. Rzad- ko dziękują. Rzeźnik z Blaviken wie, że niegodziwość spotkać można w zamkowych komnatach i na gościńcu, w karczmie, na bagiennych grzęzawiskach i w jaskini, do której nawet wiatr boi się zaglądać.

Gwynbleidd, przyjaciel driad i elfów, wyrusza w świat, by wypełnić swe przeznaczenie. Na brzegu kamiennej fontanny usiadła bruxa. Villentretenmerth, którego złote łuski rzucają na ziemię słoneczne refleksy, z wysokości zalesionego wzgórza spogląda na ludzkie siedziby, i pokrywa miękką trawę smoczymi hieroglifami. Ghul odwiedza pobożowiska, kurhany, opuszczone cmentarze; unika światła dziennego i oswojonych wilków. Pia- skowy potwór, namacalny dowód afirmacji turpizmu, mógłby z powodzeniem startować w międzygalaktycznym konkursie szpetoty wszelakiej. Okołów w stanie poobiedniej sjeisty dosko- nale imituje spróchniałą kłodę. W Lesie Myrkvid przebywa dębo- potwór, mistrz splątanych konarów, który potrafi schwytać każ- dego opryszka spod niekoniecznie ciemnej gwiazdy urodzonego. W mrocznych kryjówkach znaleźć można skoffina, osobliwość z pogranicza ornitologii i reptiliologii, relik z czasów, w których niegrzeczne dzieci straszło się przed snem bazyliżkiem. Tylko wybrani mogą spotkać szlachetnego jednorożca, który potrafi stąpać po tafli jeziora, nie marszcząc przy tym wody.

➤ Zadanie 6.

Wielki poeta, przyjaciel elfów i smutnego Wertera, pisał:

*Co nam czas skraca?
Praca!
Co się wlecz nieślychanie?
Próżnowanie.
Co gubi zawsze i wszędzie?
„Jakoś to będzie”.
Co nas od straty zastania?
Szybkość działania.
Co nam przynosi zaszczyty?
Hart niespożyty¹⁶.*

Człowiek powinien nieustannie się rozwijać, pokonywać wła- sne słabości, wspinać się wyżej, by zdobywać kolejne cele. Ustal, którzy bohaterowie literaccy swoim życiem i działaniami reali- zowali model transgresyjnej koncepcji człowieka. Odwołaj się do tragedii greckich, poematów romantycznych, dzieł Janusza Kło- sińskiego, Szczepana Twardocha, Fiodora Dostojewskiego.

➤ Zadanie 7.

Wykorzystując tekst nr 1 oraz tekst nr 2, ustal, czym cha- rakteryzuje się sztuka apollinińska. Wyjaśnij, dlaczego Apollo nazwany zostaje bogiem pięknego pozoru i bogiem poznania.

➤ Tekst nr 1

W jakim sensie Apollo mógł stać się bogiem sztuki? Tylko w tym, że jest bogiem marzeń sennych. Nieustannie „prześwieca”: z samej istoty bóg słońca i światła, który objawia się w blasku. Jego żywioł to „piękno”: towarzyszy mu wieczna młodość. Również piękny pozór świata snu jest jego królestwem: wyższa prawda, doskonałość tych stanów w przeciwieństwie do fragmentarycznej rozsądkowej rzeczywistości dnia podnoszą go do roli boga praw- domównego, ale i boga artystów. Bóg pięknego pozoru musi być też bogiem prawdziwego poznania. [...] Jego oko musi być spokojnie „rozśłonecznione”: nawet gdy spogląda ono gniewnie i niechętnie, kładzie się na nim świętość pięknego pozoru.

F. Nietzsche: *Pisma pozostałe 1862 – 1875*. Przeł. B. Baran. Inter Esse, Kraków 1993, s. 54.

➤ Tekst nr 2

Bóg pięknego pozoru musi zarazem być bogiem prawdziwego poznania. W istocie Apolla nie może też brakować tej delikatnej granicy, której obraz senny nie może przekraczać, by nie skutkować patologią; za granicą tą pozór już nie tylko ludzi, ale i oszukuje – nie może brakować pełnego miary ograniczenia, nie może bra- kować wolności od bardziej dzikich pobudzeń, nie może brakować mądrości i spokoju boga plastyków. Jego oko musi być „słonecz- nie” spokojne: nawet gdy spogląda gniewnie czy markotnie, spo- wija je majestat pięknego pozoru.

F. Nietzsche: *Narodziny tragedii*. Przeł. G. Sowinski. Wydawnictwo UJ, Kraków 2011, s. 44.

➤ Zadanie 8.

Wykorzystując tekst nr 3 oraz tekst nr 4, ustal, czym cha- rakteryzuje się sztuka dionizyjska. Wyjaśnij, jak zwolennicy sztuki dionizyjskiej będą postrzegać świat.

➤ Tekst nr 3

Sztuka dionizyjska natomiast igrza z upojeniem, z ekstazą. Dwie zwłaszcza moce wprowadzają naiwnego człowieka natury w stan upojnego samozapomnienia – popęd wiosenny i napój narkotyczny. Ich działanie symbolizuje postać Dionizosa. Prin- cipium individuationis załamuje się w obu tych przypadkach, strona subiektywna ustępuje całkowicie wobec przemocy tego, co ogólnie-ludzkie, a nawet wszech-przyrodnicze. Dionizyjskie święta nie tylko zacieśniają więź między człowiekiem i człowiekiem, ale godzą też człowieka z naturą. [...] W rosnących procesjach wędruje od miejsca do miejsca ewangelia „harmonii światów”; śpiewając i tańcząc uzewnętrznia się człowiek jako członek wyższej, bardziej idealnej wspólnoty: odczył się chodząc i mówić. Więcej jeszcze – czuje się zaczarowany, i rzeczywiście stał się czymś innym. Jak zwierzęta mówią, a ziemia daje mleko i miód, tak odeń pobrzmie- wa coś nadnaturalnego. Czuje się on niczym bóg, co zwykle żyło

16 J. W. Goethe: *Pięć innych. W: tegoż: Wybór poezji*. Przeł. L. Jenike. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław 1968, s. 394.

tylko w jego wyobraźni, tego teraz doznaje on samego w sobie. Cóż mu teraz obrazy i posągi? Człowiek nie jest już artystą, on teraz stał się dziełem sztuki, wędruje w takiej ekstazie i uniesieniu, jak wędrowali bogowie widziani przezeń we śnie.

F. Nietzsche: *Pisma pozostałe 1862 – 1875*. Przeł. B. Baran. Inter Esse, Kraków 1993, s. 54 – 55.

➤ Tekst nr 4

Dopóki człowiek jest ofiarą własnych namiętności, niewolnikiem zmysłów i igraszką wyobraźni, dopóty utajone męki i gorycz są mu zrozumiałe i łatwiejsze do zniesienia, odczuwa je bowiem jako coś, na co zasłużył, jako odwrotną stronę niegodziwego życia.

I. Andrić: *Przydrożne znaki. Proza medytacyjna*. Przeł. A. Dukanović. Czytelnik, Warszawa 1986, s. 38.

➤ Zadanie 9.

Przeczytaj fragmenty eposów (tekst nr 5, tekst nr 6). Odszukaj w nich elementy kultur, o których pisał Fryderyk Nietzsche: apollińskiej i dionizyjskiej.

➤ Tekst nr 5

Zaledwieśmy Mhera zdążyli pogrzebać,
Najechał nas Melik,
Świątynię zrabował i zburzył.
Wysłuchał go Dawid uważnie,
A potem pochylił się, padł na kolana
I ręce rozpostarł, i proch ucałował,
I zorzę świetlistą na ziemi oznaczył,
I przyszłej budowli plan cały nakreślił,
Gdzie ołtarz się wzniesie, gdzie murów fundament,
Dokładnie wymierzył i rzecze:
– Chcesz moje życie, węź, lecz o co proszę, daj!
Pięćset lub tysiąc dusz, by kamień łupać – daj!
Pięćset lub tysiąc dusz, by kamień ciosać – daj!
Pięćset lub tysiąc dusz, by żwir dobywać – daj!
Pięćset lub tysiąc dusz, by wodę dźwigać – daj!
Pięćset lub tysiąc dusz, by mury wznosić – daj!
Pięćset lub tysiąc dusz, by stropy łączyć – daj!
Pięćset lub tysiąc dusz, by deski gładzić – daj!
A jeśli świątynia nie stanie,
To zgubi mnie ślubowanie.

Dawid z Sasunu. *Epos staroarmieński*. Przeł. I. Sikirycki. NK, Warszawa 1983, s. 63.

➤ Tekst nr 6

Tak w rozżarzonym sercu medytując,
Oto wstępuje bogini w ojczyznę
Ciemnych chmur, szaleńców orkanów brzemienną

Eolię. W mroku wielkiej tam pieczary
Rwące się wichry i dudniące burze
Eol król dławi przemocą i kieżna
Więzami. Wściekle się szamoczą, w kraty
Biją zażarcie, aż cała w posadach
Trzęsie się góra i jęczy. Wysoko
Siedzi na zamku Eol z berłem w ręce,
Zajadłość wichrów miękczy i poskramia.
Gdyby nie czuwał, w bezmiar by porwał,
W locie poniosły szalonym i morze,
I ziemię wszystkie, i niebo ogromne.

P. Vergilius Maro: *Eneida*. Przeł. Z. Kubiak. PIW, Warszawa 1987, s. 39.

➤ Zadanie 10.

Zajmij stanowisko wobec tezy: człowiek to myślące mięso, które pragnie nadać sens swojej egzystencji. Zdecyduj, jak w kontekście powyższych rozważań prezentują się poglądy Fryderyka Nietzschego. Wskaż, z którymi postulatami wielki wicherzyciel nigdy by się nie zgodził, a które mógłby zaakceptować. Wykorzystaj teksty nr 7, nr 8 oraz własne przemyślenia.

➤ Tekst nr 7

A kiedy nie możemy się doliczyć ludzi w ciele, to nie ma człowieka.

Jest tylko myślące mięso, różne jego kawałki, nie ma osób. Osoba to coś osobnego. Już prędzej po łacinie ma to sens, bo *persona* to maska, z etruskiego słowa „*phersu*”, maska to coś, co zakładamy na myślące mięso, żeby reprezentować tę naszą urojoną osobność, *persona* to coś nieprawdziwego, nieprzyrośniętego do mięsa twarzy.

Sz. Twardoch: *Król*. WL, Kraków 2017, s. 270.

➤ Tekst nr 8

Wszak żyjemy na niewidocznym bączku, popędzanym smugą słońca, na ziarenku piasku, które oszalało i kręci się, kręci, kręci, choć nie wie po co, choć nigdy nie osiąga żadnego celu, tak jakby znajdowało przyjemność w samym tylko kręceniu się i jakby chciało dać nam zaznać raz trochę ciepła, raz trochę zimna, żeby potem, po pięćdziesięciu czy sześćdziesięciu obrotach, skończyć z nami, niejednokrotnie przeświadczonymi, że dokonaliśmy tu jedynie szeregu błahych głupstw – tak czy nie?

L. Pirandello: *Świętej pamięci Mattia Pascal*. Przeł. S. Kasprzysiak. PIW, Warszawa 1983, s. 32.

➤ Zadanie 11.

W formie rozprawki zajmij stanowisko wobec tezy: nasz skarb jest tam, gdzie stoją ule naszego poznania¹⁷. W argumentacji odwołaj się do wybranych utworów literackich i filmowych.

¹⁷ F. Nietzsche: *Z genealogii moralności...*, s. 5.

Konteksty jako pomoc w oswajaniu *Trenów* Jana Kochanowskiego

na lekcjach języka polskiego



Joanna Klimas

Nauczycielka języka polskiego; wicedyrektorka w Społecznej Szkole w Bytomiu

*Żaden ociec podobno barziej nie miłował
Dziecięcia, żaden barziej nad mię nie żałował (...).¹*

JAN KOCHANOWSKI, *TREN XII*.

➤ *A jednak...* – pomyślałam, kiedy przeglądałam *Treny*, szukając inspiracji do lekcji w ósmej klasie. Może i świat się zmienia, nastaje nowe w modzie, obyczajach, mentalności, ewoluuje język, pojawiają się nowe wynalazki, formy komunikacji, ale przecież równocześnie niezmiennie następują po sobie narodziny, dorastanie, dojrzałość, starość i śmierć, a człowiekowi ciągle towarzyszą w jego drodze te same uczucia: radość, miłość, szczęście, wzruszenie, niepewność, strach, żal czy rozpacz – wszystko, co składa się na ludzkie życie, które od wieków jest głównym tematem dzieł kultury. Od zawsze twórcy różnych dziedzin sztuki, w tym także literatury, próbują rozwikłać zagadki ludzkiego umysłu, poznać mechanizmy rządzące naszym światem, odpowiedzieć na pytania o moty-

wy postępowania człowieka. Ktoś, kto chociażby tylko raz przeczytał szkolne lektury, z pewnością zauważył, że ich bohaterowie zachowują się podobnie w danych sytuacjach, przeżywają te same emocje bez względu na czasy, w których żyją.

Słowa wstępu, być może dla niektórych mało odkrywcze, od lat stanowią dla mnie jako polonistki punkt wyjścia do literackich rozważań pojawiających się na moich lekcjach. Dzięki takiemu spojrzeniu pozycje, które z różnych względów proponuje się usunąć z podstawy programowej², stają się dla uczniów, jeśli nie od razu ciekawe, to przynajmniej znośniejsze, a na pewno bardziej zrozumiałe. W moim przekonaniu wystarczy tylko pokazać treść lektury w odniesieniu do tego, co dzieciom i młodzieży bliskie, co znają z własnego doświadczenia, z własnych obserwacji, które czasami trzeba nieco uzupełnić. Jak to zrobić? Wielokrotnie przekonałam się, że kluczem są dobrze dobrane konteksty zaprezentowane w odpowiednim momencie. Co znaczy *dobre dobrane*? Wybieram

¹ Wszystkie cytaty z *Trenów* na podstawie utworu publikowanego w serwisie Wolne Lektury.

² To temat na oddzielny artykuł, jednak dyskusje o liście lektur są tak gorące w całym społeczeństwie, że trudno pominąć je milczeniem. Komentarze pojawiające się w mediach czy internecie bardzo często są skrajne, choć nie brak i tych wyważonych, szukających złotego środka i ku tym właśnie skłania się także mój punkt widzenia. Jestem zwolennikiem umiaru w doborze lektur, jeśli wziąć pod uwagę kryterium epoki, w której powstały. Jak pisał Adam Asnyk: *Ale nie deptajcie przeszłości ołtarzy, Choć macie sami doskonalsze wznieść (...)*. Trudno mówić o teraźniejszości, nie znając przeszłości, dlatego dzielam poglądy pani Magdaleny Ochockiej, której komentarz przeczytałam pod jednym z licznych na Facebooku postów dotyczących ostatnich zmian w liście lektur: *Zmiany kanonu będą wyłącznie kosmetyczne, jeżeli nie zmieni się koncepcja programu języka polskiego, jeżeli nie zrezygnujemy z chronologicznego nauczania historii literatury na rzecz podejścia problemowego. Teksty literackie (dawne i współczesne) powinny być wykorzystywane jako punkt wyjścia do dyskusji o świecie i człowieku, o tym co ważne dla współczesnych uczniów. Także i dawne teksty (lub ich fragmenty), bo nie można ich całkowicie skreślać tylko dlatego, że język się zmienił. [podkreślenie – J.K.] Lepiej porozmawiać o tylko o kilku dawnych tekstach, o fragmentach, zestawić je z utworami współczesnymi niż dalej uczyć epokami historii literatury.*

takie teksty kultury, których treść i forma odpowiadają potrzebom, zainteresowaniom moich uczniów i leżą w zasięgu ich możliwości poznawczych czy emocjonalnych, zwłaszcza tych ostatnich. Tak też się stało w przypadku propozycji przedstawionych poniżej, jednak decyzja o doborze materiałów należy do nauczyciela, który zna swoją klasę.

Umarłych wieczność dotąd trwa, dokąd pamięcią im się płaci (Wisława Szymborska)

Jeśli chodzi o *Treny*, konteksty wprowadzam już na początku pracy z lekturą. Początkowo robiłam to w nieco innej kolejności, jednak doszłam do wniosku, że lepiej jest zacząć cykl zajęć od pokazania uczniom poniższej fotografii z prośbą o jej opisanie.



Źródło ilustracji: <https://www.morzemilosci.pl/>

Wykonując to ćwiczenie, dzieci zwykle stwierdzają, że zdjęcie przedstawia jakiś festyn (baloniki), wesołą imprezę dla najmłodszych. Nie tylko młodzież, ale także nauczyciele, którym pokazałam tę fotografię, nie wiedzieli, że utrwalono na niej przypadające 15 października obchody Międzynarodowego Dnia Dziecka Utraconego. Poświęca się go pamięci dzieci, które odeszły, a także wsparciu ich osieroconych rodziców. Bardzo przejmującym momentem tego dnia jest wypuszczenie w niebo baloników w imionami zmarłych dzieci na znak, że pozostaną one na zawsze w sercach bliskich. Teraz najczęściej twarze uczniów poważnieją, pora zatem na następny krok – historię małej Madzi. W serwisie *Youtube* można znaleźć wiele filmów – pamiętek poświęconych zmarłym osobom, także dzieciom. Wybrałam jeden z nich³. Jego bohaterką jest dziewczynka, która zachorowała na nowotwór i zmarła w wieku dwóch lat. Istotną częścią filmu są, obok fotografii, wzruszające słowa pożegnania dziecka przez rodziców. Po krótkiej projekcji rozmawiam z uczniami o emocjach, jakie w nich wywołała. Zastanawiamy się wspólnie nad tym, dlaczego rodzice decydują się na umieszczanie swoich intymnych wspomnień

w publicznej przestrzeni. Najczęściej padają odpowiedzi, że dla rodziców to swojego rodzaju terapia po stracie dziecka. Uczniowie dochodzą do wniosku, że dzielenie się z odbiorcami filmu, najpierw swoją radością z wspólnie spędzonych chwil, a potem cierpieniem związanym z przeżywaniem choroby dziecka i wreszcie bólem po jego śmierci, przynosi rodzicom ulgę⁴. Niejednokrotnie uczniowie stwierdzali, że być może pisanie *Trenów* odegrało podobną rolę w życiu poety, kiedy zmarła jego córka. Tutaj dodam, że zwykle wcześniej zapoznają młodzież z fraszkami. Podczas lekcji, które im poświęcam, dyskutujemy o Janie Kochanowskim jako renesansowym influencerze⁵, dlatego też, omawiając *Treny*, uznajemy, że, gdyby poeta żył współcześnie, z pewnością stworzyłby dla Urszulki filmowy tren.

Tymczasem w kolejnej części lekcji poświęconej filmowi o małej Madzi analizujemy teksty zredagowane przez rodziców dziewczynki, do których wrócimy, kiedy już wspólnie przeczytamy *Tren VII* i *Tren VIII*⁶.

- Ostatniej nocy odeszła nasza ukochana córeczka... Zgasła Nasza Gwiazdka [*]. Teraz jest najpiękniejszym Aniołkiem w niebie. Córeczko, kochamy Cię ogromną miłością. Na wieczność...
- Nie przegrała... Poszła odpocząć... Do świata bez bólu cierpienia, chemii i szpitala... Kiedyś się znów z Nią spotkamy...
- Miała tylko 20 miesięcy... 12 z nich walczyła... walczyła o życie. Tęsknimy za Tobą Nasza Dzielna Wojowniczo... :((
- Zabrał Cię nam Pan Bóg, nie mówiąc nikomu. My jesteśmy jeszcze w drodze, Ty już, Skarbie jesteś w domu [*].
- Ty już śpisz spokojnie, nie cierpisz..., ale my tęsknimy :(Na zawsze pozostaniesz w naszych sercach... Nigdy o Tobie nie zapomnimy, Aniołku [*].

☞ Zwracamy uwagę na:

- określenia dotyczące adresatki będące najczęściej zdrobnieniami: *córeczka, Nasza Gwiazdka, Aniołek, Nasza Dzielna Wojowniczo, Skarb* (potem w *Trenach VII* i *VIII* znajdziemy: *namilsza cora, dziewczka droga, moja droga Orszula, maluczka dusza*, a także zdrobnienia: *członeczki, letniczek, uploteczki, gziełeczko, tkaneczka, bryłeczka*);
- określenia śmierci: *odeszła, zgasła, poszła odpocząć, zabrał Cię nam Pan Bóg, śpisz spokojnie*; warto zwrócić wskazując także bycie w drodze jako peryfrazę przedstawiającą życie (w *Trenach*: *nagłe zniknięcie; pełno nas, a jakoby nikogo nie było; sen żelazny, twardy, nieprzespany; skrzynka i łożnica – trumna*);
- obraz świata, w którym znajdzie się człowiek po śmierci: *niebo, świat bez bólu cierpienia, chemii i szpitala, dom*.

Omawiając później utwór Jana Kochanowskiego, warto zacytować fragment *Trenu XIX*, w którym matka poety opisuje

³ Ku pamięci Madzi. <https://youtu.be/s4XkQKxmDno>

⁴ Warto zajrzeć do artykułu pt. *Internet jako „theatrum” śmierci. O przeżywaniu umierania, cmentarzu i żałobie w wirtualnym świecie* autorstwa Łucji Kaprańskiej i Agaty Maksymowicz. Artykuł dostępny pod linkiem: <https://czasopisma.isppan.waw.pl/kis/article/download/1564/1291/2996>

⁵ Dla zainteresowanych link do lekcji pt. *Renesansowy influencer? O fraszkach Jana Kochanowskiego*. <https://wakelet.com/i/invite?code=alhy9anj>

⁶ Podstawa programowa dla uczniów szkoły podstawowej przewiduje jedynie te treny, które eksponują cierpienie rodziców po stracie dziecka, dlatego też w czasie lekcji pomijam rozważania na temat kryzysu światopoglądowego podmiotu lirycznego jako poety i filozofa.

życie, jakie wiodą z Urszulką w niebie:

Tu troski nie panują, tu pracej nie znają,
Tu nieszczęście, tu miejsca przygody nie mają,
Tu choroby nie najdzie, tu nie masz starości,
Tu śmierć łzami karmiona nie ma już wolności.
Żyję wiek nieprzeżyty, wiecznej używamy
Dobrej myśli, przyczyny wszystkich rzeczy znamy.
Słońce nam zawsze świeci, dzień nigdy nie schodzi
Ani za sobą nocy niewidomej wodzi.
Twórcę wszech rzeczy widziem w Jego majestacie (...)

Interesujący obraz nieba, w którym po śmierci znalazła się dziewczynka, odnajdujemy, oczywiście, także w wierszu pt. *Urszula Kochanowska* Bolesława Leśmiana. To doskonały kontekst dla utworu Jana Kochanowskiego pokazujący między innymi, jak ważni są w życiu dziecka rodzice, zatem warto przywołać go po omówieniu *Trenów*. To także dobra okazja do przypomnienia motywu zaświatów w literaturze (uczniowie są już zapewne po lekturze *Biblii* i mitologii, a może i *Dziadów* cz. II)⁷.

Ktoś tutaj był i był,/ a potem nagle zniknął/ i uparczywie go nie ma. (Wisława Szymborska) Zrozumieć *Treny* Jana Kochanowskiego

Tym razem na początek zajęć proponuję rozmowę o komunikatach językowych związanych ze śmiercią człowieka. Zdarza się bowiem, że nie wszyscy w klasie wiedzą, czym są nekrolog, klepsydra czy kondolencje. Warto zapoznać uczniów ze specyfiką tych tekstów poprzez analizę konkretnych przykładów, przeanalizować ich kompozycję, słownictwo (można przypomnieć przy tym schematy zaproszenia i ogłoszenia – form wypowiedzi już znanym dzieciom), następnie porównać wnioski z definicjami umieszczonymi np. w *Wikipedii*.



Źródło: <https://www.wiecznapamiec.pl>



Źródło: <https://dziennikarze.eu>

Poniżej definicje pojęć zamieszczone w *Wikipedii*⁸:

Nekrolog (gr. nekros – trup, logos – słowo) – informacja o śmierci danej osoby, podana do publicznej wiadomości.

Nekrolog to **gatunek prasowy**, który pełni prymarną funkcję informowania o zgonie. Może zawierać także dodatkowe informacje, takie jak: miejsce i czas uroczystości żałobnych oraz pogrzebu, wyrazy współczucia dla bliskich, czy też krótką wzmiankę opisującą daną postać i okoliczności śmierci. Nekrologiem może być również dłuższy artykuł prasowy (także audycja radiowa lub program telewizyjny) przybliżający i wychwalający daną postać w tonie odpowiednio poważnym i uroczystym. (...)

Informacją podobną do nekrologu jest **klepsydra**, czyli ogłoszenie w postaci afiszu zawierającego te same podstawowe informacje co nekrolog. Klepsydra rozwieszana jest przez rodzinę zmarłego lub na jej zlecenie, w miejscach publicznych do tego wyznaczonych (ściany domu zmarłego, słupy ogłoszeniowe, przedsiönki świątyni, miejsca, gdzie zmarły często przebywał jako osoba znana itp.).

Kondolencje – wyrażone w uroczystych słowach współczucie i żal z powodu śmierci bliskiej osoby. (...)

To także dobry moment, by przedstawić zasady *savoir-vivre'u* związane ze składaniem kondolencji, także w mediach społecznościowych⁹. Poniżej przykłady z jednego z profilów na Facebooku. Oprócz treści komentarzy warto omówić również jakość wypowiedzi oraz ich staranność w zakresie poprawności językowej, ortograficznej i interpunkcyjnej.



Źródło: Facebook

⁷ Tutaj polecam doskonałe materiały pani Anny Stasiak i jej lekcję pt. *Urszula Kochanowska opowiada... Bolesław Leśmian rozmyśla*. <https://view.genially.com/5f69015f472cd80d17a1ae98/presentation-temat-4-b-lesmian-urszula-kochanowska>

⁸ <https://pl.wikipedia.org/wiki/Nekrolog>

⁹ Można posilić się filmem: W. W. Wocław: *Savoir-vivre*. Odcinek 24. Nekrolog i kondolencje na Facebooku. <https://www.youtube.com/watch?v=Pjhec9fKDT4>

Kolejny krótki tekst można wykorzystać zarówno jako podsumowanie lekcji, jak i ćwiczenie w redagowaniu notatki czy porad (forma instrukcji).

Składanie kondolencji to delikatny temat. Tu bowiem – jak mało gdzie – stajemy wobec bólu drugiej osoby. Dlatego ważna jest oszczędność słów i gestów oraz ich właściwy dobór. Złotą zasadą powinno być, aby tak składać wyrazy współczucia, jak byśmy chcieli, aby nam je składano. W chwilach ogromnego smutku człowiek bardzo często jednocześnie pragnie poczucia obecności drugiego człowieka – i ciszy. I takie właśnie powinny być kondolencje: w związku, a jednocześnie serdeczny, sposób zapewniający o naszej obecności oraz współczuciu¹⁰.

Z oczywistych względów nie można pominąć przedstawienia genezy *Trenów*. Tutaj kolejny raz przychodzi z pomocą Youtube, gdzie znajdziemy biografię poety przygotowaną np. przez autorów kanału *Ciekawostki Historyczne*¹¹. Ponownie prosimy uczniów o zredagowanie notatki, tym razem np. wizualnej, która będzie przedstawiała cztery aspekty życiorysu Jana Kochanowskiego: życie prywatne, edukację i karierę zawodową, twórczość i ciekawostki. Przykładowy szablon notatki może wyglądać jak poniżej. Stworzyłam go w programie Canva.

JAN KOCHANOWSKI

data urodzenia

data śmierci

życie prywatne

edukacja i kariera zawodowa

twórczość

ciekawostki



Źródło ilustracji: https://pl.wikipedia.org/wiki/Jan_Kochanowski

Możemy także podzielić uczniów na grupy, rozdać im informacje o biografii poety w formie tekstu (wydruku lub wersji papierowej), na podstawie których zredagują notatkę według podanego schematu. Wtedy warto jednak uzupełnić wiadomości ilustracjami. Blog *Ciekawostki Historyczne* ma w swoich zbiorach ciekawe opracowanie autorstwa Agaty Dobosz opatrzone, co istotne, bibliografią.¹²

Najbardziej skupiamy się jednak na życiu poety w Czarolesie, eksponując, rzecz jasna, temat śmierci Urszulki oraz wątpliwości historyków dotyczące biografii dziecka. Być może

uczniowie znają już fraszki, a wówczas wystarczy nieco odświeżyć pamięć o lipie i czaroleskim dworku, uzupełniając wiedzę nowymi informacjami.

Przygotowując się do zajęć, często sięgam po, niedoceniane zdaje się przez nauczycieli, audycje Polskiego Radia, a niektóre z nich włączam podczas lekcji. Link, który załączam w przypisie, zawiera artykuł na temat biografii poety (również tajemnicy istnienia Urszulki) uzupełniony odnośnikami do licznych audycji, w tym programu, w którym wypowiada się sam profesor Jerzy Pelc¹³. Z kolei fabularyzowaną rekonstrukcję życia w Czarolesie znajdziemy w książkach pt. *Kto mi dał skrzydła* Janiny Porazińskiej oraz *Poeta i dworzanin* Mieczysława Jastruna. Być może dzięki fragmentom powieści dzieciom łatwiej będzie wyobrazić sobie dawne wydarzenia, jednak po pierwsze wspólnemu nastolatkowi mogą wydawać się zbyt dziecinne, a po drugie – uczniów należy uczulić na fakt, że mają do czynienia w dużej mierze z fikcją literacką, która nie znajduje potwierdzenia w dokumentach z epoki. Można zachęcić dzieci do napisania swojej wersji wydarzeń, np. w formie pamiętnika poety. To dobre ćwiczenie pomagające utrwalić treść lektury, pobudzające kreatywność tak ważną w redagowaniu opowiadania na egzaminie ósmoklasisty.

Teraz przejrzymy z uczniami *Treny* (wyświetlając np. teksty z serwisu *Wolne Lektury*). Z pewnością nie ujdzie uwadze młodzieży, że stanowią one cykl kilkunastu utworów pisanych wierszem (podejrzewamy je więc o przynależność do liryki, ale tę kwestię na dobre rozstrzygniemy na końcu), z których najdłuższy jest *Tren XIX*. Dzieci na pewno dostrzegą, że ów cykl rozpoczynają motto i dedykacja, a kończy epitafrum poświęcone... kolejnej córce – Hannie, że dedykacja wyjaśnia genezę *Trenów*, a także zawiera charakterystykę ich bohaterki – Urszulki. Zajrzyjmy teraz na chwilę do epitafrum, wyjaśnimy znaczenie tego pojęcia, sięgając do internetowej encyklopedii PWN¹⁴. Znajdziemy w niej trzy definicje interesującego nas pojęcia, ale młodzież nie powinna mieć problemu z wyborem właściwego wyjaśnienia.

epitafrum [łac. epitaphium 'oracja pogrzebowa' < gr. epí 'na', táphos 'grób'], lit. zwięzły napis nagrobny, zazwyczaj wierszowany, także utwór żałobny utrzymany w stylu takiej inskrypcji; forma upowszechniona podczas wojen gr.-pers. w V w. p.n.e., znana w czasach nowoż. (J. Kochanowski, M. Sęp Szarzyński).

epitafrum [łac. < gr.], szt. plast. ozdobna tablica (kamienna, metalowa, drewniana) poświęcona pamięci zmarłego; umieszczane zwykle na ścianach lub filarach kościoła, najczęściej w pobliżu miejsca pochówku, przeważnie zdobione płaskorzeźbą, niekiedy malowane (portret zmarłego z inskrypcją, sceny figuralne, symbole); epitafrum są znane od starożytności, rozkwit nastąpił w renesansie i baroku.

epitafrum [łac. < gr.], muz. utwór (niekoniecznie wokalny) poświęcony pamięci zmarłego.

10 <https://funer.com.pl/aktualnosc-portal,w-jaki-sposob-zlozyc-kondolencje-przyklady-kondolencji,7.html>

11 <https://www.youtube.com/watch?v=gtX28D5P9IA>

12 <https://ciekawostkihistoryczne.pl/2023/03/30/jan-kochanowski-biografia/>

13 <https://polskieradio24.pl/arttykul/3416468,urszulka-dziwny-proboszcz-i-zagadkowa-czaszka-tajemnice-zycia-i-smierci-jana-kochanowskiego>

14 To dobra okazja, by przypomnieć cechy hasła encyklopedycznego z wyjaśnieniem skrótów i ich roli.

Aby dać dzieciom chwilę wytchnienia, tę część lekcji można zakończyć prezentacją zabawnych, ale ciekawych epitafiów¹⁵.



TU SPOCZYWA
PANCRAZIO
JUVENALES
1968-1993

Był dobrym mężem,
wspaniałym ojcem,
ale słabym elektrykiem



GUSTAVA
GUMERSINDA
GUTIERREZ
GUZMAN
1934-1989
SPOCZYWA W POKOJU

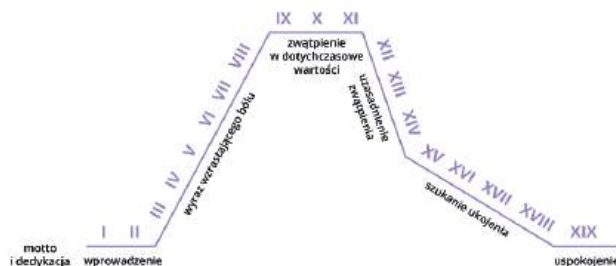
W pamięci
wszystkich jego
synów (oprócz
Ricardo, który nie
zapłacił ani grosza)

Zbliżając się do wspólnego odczytania, interpretacji i analizy *Trenów*, warto jeszcze wspomnieć o kompozycji cyklu uwzględniającej rodzaj i intensywność przeżyć podmiotu lirycznego. Odpowiada ona etapom żałoby, które wyróżnia się w psychologii. Bardzo obrazowo przedstawia je poniższy schemat¹⁶.



Źródło: <https://www.facebook.com/NagleSami>

Po przeczytaniu *Trenów* uczniowie będą zastanawiać się nad tym, na jakim etapie żałoby znajduje się podmiot liryczny i co o tym świadczy¹⁷. Aby odpowiedzieć na to pytanie, młodzież stanie przed zadaniem opisywania przeżyć postaci na podstawie języka, jakim się posługuje, co z kolei będzie okazją do ćwiczeń w rozpoznawaniu środków stylistycznych i określaniu ich funkcji. Na koniec można pokazać uczniom schemat kompozycyjny *Trenów*, by przekonali się, czy właściwie przyporządkowali poznane utwory do etapów żałoby.



Źródło: Zintegrowana Platforma Edukacyjna

Tymczasem jednak pora na omówienie wybranych *Trenów*. Ponieważ mój artykuł dotyczy w głównej mierze kontekstów, ograniczę się tylko do uwagi, że doświadczenie nauczyło mnie, aby czytać każdy tren wers po wersie i wspólnie z uczniami odczytywać ich sens, przekładając staropolszczyznę na język współczesny, zwracając jednocześnie uwagę na funkcję środków stylistycznych obecnych w utworach. Ciekawy dla uczniów zwykle jest także kontekst obyczajowy: kwestia wychowania dziewczynek na przyszłe żony (matka przygotowująca córkę do małżeństwa), posag jako dar rodziców na nową drogę życia (wiano zamknięte w skrzynce – dzieci na ogół nie wiedzą, jak wyglądała skrzynia posagowa), ubiór (*letniczek pisany, uploteczki, paski złożone*¹⁸), obyczaje związane z pochówkiem (giezłeczko, czyli giezło, tzw. śmiertelna koszula, ziemia włożona do trumny). Tutaj ciekawostka. Jedynym źródłem (spośród wielu przejranych przeze mnie), które wspomina o owej brylce ziemi, jest *Geneza „Trenów” J. Kochanowskiego* z 1903 r. autorstwa Wincentego Kubika, który stwierdza: *Cóż bowiem znajdujemy w Trenach takiego, co by nam wskazywało, że mamy tu do czynienia z dziełem polskiego autora, co by przypominało nam naszą ziemię, nasz kraj i obyczaj, nasze pojęcia i wyobrażenia? Oprócz języka, w którym są „Treny” napisane, nadzwyczaj mało, zaledwie kilka nieśmiałych wzmianek: W trenie XIX. w. 98. wspomina poeta o hordzie i niewoli pogańskiej, a w trenie XV. w. 17. porównuje śmierć z kosą*

¹⁵ Obydwa przykłady pochodzą z portalu <https://www.wiocha.pl>

¹⁶ Po raz pierwszy 5 etapów żałoby opisała lekarka Elisabeth Kübler-Ross w swojej książce pt. *Rozmowy o śmierci i umieraniu*. O życiu i działalności tej niezwykłej kobiety można przeczytać w artykule pt. *Elisabeth Kübler-Ross – pionierka psychiatrii* Zuzanny O' Biren w internetowym wydaniu czasopisma *Zwierciadło*. Artykuł można znaleźć pod linkiem: <https://zwierciadlo.pl/kultura/retro/521960,1,elisabeth-kubler-ross--pionierka-psychiatrii.read>. Przygotowując ten tekst, na portalu *niedziela.pl* znalazłam także ciekawy artykuł pt. *Dziecko w obliczu śmierci* Agnieszki Kowalczyk, która szerzej pisze między innymi o pięknej metaforze E. Kübler – Ross przedstawiającej umieranie jako przeistaczanie się z kokonu w motyla. Link do artykułu: <https://www.niedziela.pl/artykul/63429/nd/Dziecko-w-obliczu-smierci>. Oczywiście, na myśl przychodzi tutaj również powieść pt. *Oskar i pani Róża* Érica-Emmanuela Schmitta i okazuje się, że treści *Trenów* nie są tak archaiczne, jak głoszą niektórzy.

¹⁷ Podstawa programowa obejmuje *Tren VII* i *Tren VIII*. Choć zrezygnowano z *Trenu I* i *Trenu V*, warto jednak zapoznać z nimi bardziej zainteresowane klasy. Podobne ćwiczenie umieszczono w materiałach Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej: <https://zpe.gov.pl/a/gra-edukacyjna/DyHqNmeka>. W niniejszym artykule wykorzystałam podobny interaktywny schemat umieszczony na tej samej platformie, a przygotowany na podstawie opracowań Jerzego Pelca: <https://zpe.gov.pl/a/schemat/DuWlJu6cF>

¹⁸ Niewiele informacji znajdziemy o renesansowej modzie dziecięcej, ponieważ do XVI/XVII wieku dzieci ubierano jak małych dorosłych, niemniej warto pokazać uczniom kilka ilustracji, by łatwiej wyobrazili sobie, jak mogła wyglądać Urszulka.

podcinając kwiaty. (Poeta rzymski wspominałby raczej sierp). Oto wszystko, co w *Trenach* pozostaje w związku z naszym krajem, co by mogło nam nasz kraj przypominać, bo nie wiem, czy to, co poeta mówi w *trenie VII.*, że zmarłej córeczce włożył grudek ziemi do trumny, czy to można uważać za zwyczaj polski. Dziś ten zwyczaj nie znany u nas, więc może raczej należy to uważać za reminiscencję klasyczną, jako przypomnienie owego obola, który umarłemu do ust kładziono, lub owych potraw i upominków, które zmarłym w starożytności do trumny kładziono (Tarnopol 1903, s. 24).

Klasie szczególnie zainteresowanej tematem można zaproponować ćwiczenie stanowiące uzupełnienie charakterystyki Urszulki przedstawionej w *Trenie VIII.* Po wskazaniu przez uczniów cech dziewczynki, która jawi się w utworze niemal jako ideał, prezentujemy krótki tekst popularnonaukowy¹⁹ na temat rozwoju dziecka na przełomie drugiego i trzeciego roku życia²⁰. Na jego podstawie można dojść do wniosku, że, choć poeta z pewnością zastosował hiperbolę w opisie Urszulki, niektóre zachowania dziewczynki są prawdopodobne.

Następny etap zajęć poświęcam gatunkowi. Zwykle omówienie cech gatunkowych zostawiam właśnie na koniec, kiedy dzieci już znają utwór i mogą na podstawie własnych obserwacji sformułować wnioski, odpowiadając na pytania o jego formę, nastrój, adresata, podmiot liryczny czy bohatera lirycznego, język, a przede wszystkim cel, dla którego powstał. By skonfrontować spostrzeżenia uczniów z ustaleniami teoretyków literatury, sięgamy tym razem do *Słownika terminów literackich* pod redakcją Janusza Sławińskiego.

Tren (<gr. *threnos* = opłakiwanie, pieśń żałobna) – jeden z gatunków poezji żałobnej ukształtowany w staroż. Grecji; pieśń lamentacyjna o charakterze elegijnym (elegia), wyrażająca żal z powodu czyjejś śmierci, rozpamiętująca czyny i myśli zmarłego oraz zawierająca pochwałę jego zalet i zasług. Utwory tego typu pisali m.in. Simonides z Keos i Pindar, w poezji rzymskiej Newiusz i Owidiusz. Do antycznych tradycji gatunku nawiązywali potem poeci humaniści (m.in. F. Petrarca, G. Pontano), w liryce polskiej przede wszystkim J. Kochanowski, którego *Treny* powstałe po śmierci córeczki należą do arcydzieł europejskiej poezji żałobnej. Poeta polski ukształtował nie znając tradycji gatunkowej formę **cyklu trenologicznego**, czyniąc poszczególne motywy klasycznej pieśni żałobnej (epicedium) ośrodkami tematycznymi szeregu samodzielnych utworów lirycznych.

Korzystając ze słownika języka polskiego, wyjaśniamy słowo *elegia*, *elegijny*.

Elegia 1. utwór liryczny o tematyce żałobnej, pożegnalnej; 2. w poezji antycznej: utwór ujęty w formę dystychu składającego się z heksametru i pentametru; 3. utwór instrumentalny lub wokalny o smutnym charakterze, popularny w XIX w.²¹

elegijny (nastój) książk. pełen smutku i melancholii²²

Później wracamy do definicji trenu i zwracamy uwagę na fakt, że opiewa on zasługi zmarłego. Kierujemy rozważania uczniów w stronę wniosku, że trudno mówić o zasługach małej dziewczynki – bohaterki cyklu, zatem zapewne treny pisał dla wielkich, niezwykłych ludzi (władców, żołnierzy), chcąc oddać im hołd. Tymczasem Jan Kochanowski poświęcił swoje dzieło dziecku, pisząc nie jeden, ale 19 trenów. W ten sposób pomożemy uczniom odkryć, na czym polega niezwykłość i nowatorstwo *Trenów*. Jeśli zapoznaliśmy młodzież z *Trenem I*, warto w tym momencie przypomnieć postać Simonidesa, którego *lamenty* i *skargi* wzywa podmiot liryczny do pomocy w opisywaniu swojego żalu po stracie córki.

Echa *Trenów*...

Cykl lekcji o *Trenach* zamykam omówieniem wspomnianego już wyżej wiersza *Urszula Kochanowska* Bolesława Leśmiana, uwzględniając rozmowy o motywie zaświatów w literaturze i toposie odwróconym (bez wprowadzania pojęcia). Zapoznaję także młodzież z fragmentem powieści pt. *Jasne dni, ciemne dni* Katarzyny Ryrych, który można znaleźć w podręczniku dla klasy siódmej pt. *Nowe słowa na start* Wydawnictwa Nowa Era. Dla urozmaicenia zajęć warto także wprowadzić akcent muzyczny. Wielu artystów pokusiło się o skomponowanie melodii do cyklu J. Kochanowskiego czy wiersza B. Leśmiana i sporo tych utworów znajdziemy w internecie, jednak ja chciałabym zaproponować wysłuchanie z uczniami piosenki pt. *Tears in heaven* Erica Claptona²³ oraz zapoznanie się z jej tłumaczeniem. Szczególnie poruszają słowa:

Czy znałbyś moje imię, gdybym zobaczył Cię w Niebie?
Czy byłoby tak samo, gdybym zobaczył Cię w Niebie?
Muszę być silny i iść dalej,
Bo wiem, że tu w Niebie nie jest moje miejsce²⁴.

Młodzież, zwłaszcza, jeśli omówiliśmy fragment *Trenu XIX* oraz utwór B. Leśmiana, z łatwością dostrzeże analogie i ponownie przekona się, że nie tak daleko z Czarnolasu do współczesności.

Wreszcie, by lepiej zapamiętać treść poznanych *Trenów*, uczniowie redagują pracę pt. *Kartki z pamiętnika Jana Kochanowskiego*. Polecenie brzmi następująco: Wykorzystując treści poznanych trenów, napisz kartkę z pamiętnika o przeżyciach ojca związanych z utratą córki. Od nauczyciela zależy, czy zadaniem uczniów będzie zachowanie realiów epoki czy też uwspółcześnią oni historię i proponują własne pomysły (tzw. twórcze

¹⁹ Na egzaminie ósmoklasisty pojawiają się tzw. teksty nieliterackie.

²⁰ <https://www.smyk.com/porady/etapy-rozwoju-dziecka---rozwoj-dziecka-miedzy-2-i-3-rokiem-zycia,208.html>

²¹ <https://sjp.pwn.pl/slowniki/elegia>

²² <https://wsjp.pl/haslo/podglad/64835/elegijny/5172096/nastroj>

²³ Uczniów z pewnością zainteresuje historia powstania piosenki, która została napisana przez artystę po tragicznej śmierci jego czteroletniego syna. Link do krótkiego filmu: <https://www.youtube.com/watch?v=jsAOX3wear> Link do artykułu: <https://topguitar.pl/artysci/eric-clapton-wspomina-jak-powstal-utwor-tears-in-heaven/>

²⁴ Cytat za: https://www.tekstowo.pl/piosenka,eric_clapton,tears_in_heaven,strona,3.html

wykorzystanie lektury). Ważne jednak, by dzieci umieściły rach. Na zakończenie propozycja kryteriów oceny wypowiedzi. w pracy jak najwięcej szczegółów przedstawionych w utwo-

Kryteria oceny	Liczba punktów	1. wersja pracy	Poprawa
Forma pracy – pamiętnik (data, narracja pierwszoosobowa, narrator to Jan Kochanowski).	Wg uznania nauczyciela		
W pracy obecny jest opis przeżyć			
Wykorzystanie treści <i>Trenu VII.</i>			
Wykorzystanie treści <i>Trenu VIII.</i>			
Własne pomysły autora pracy (oprócz przedstawienia treści utworów) – opcjonalnie.			
Wykorzystanie treści <i>Trenu I.</i> *			
Wykorzystanie treści <i>Trenu V.</i> *			
Język (według kryteriów egzaminacyjnych).	4p.		
Ortografia (według kryteriów egzaminacyjnych).	2p.		
Interpunkcja (według kryteriów egzaminacyjnych).	1p.		

* Ponieważ te utwory nie są obowiązkowe, wykorzystanie ich treści może stanowić kryterium dodatkowe i być premiowane przez nauczyciela jako dodatkowy walor pracy według uznania. nauczyciela.

Propozycje RODN "WOM" w Katowicach dla nauczycieli humanistów!

- **Konfrontacje Humanistyczne** – w listopadzie 2025 r. organizujemy je już po raz **dziewiąty**. Wydarzenie cieszy się zawsze dużą popularnością ze względu na wykłady mistrzowskie oraz część warsztatową. Tematyka jest zawsze aktualna. Najbliższa edycja będzie poświęcona językowi i zmianom w ortografii.
- **„Patroni Roku” to cykl konferencji** przybliżających sylwetki wybitnych Polaków ustanowionych w danym roku przez Sejm i Senat RP. W roku szkolnym 2024/2025 konferencje poświęcone były pisarzom i poetom oraz ich twórczości; a byli to: Antoni Słonimski, Maria Pawlikowska-Jasnorzewska, Józef Tischner, Stefan Żeromski, Władysław Stanisław Reymont. W roku 2026 patronami będą m.in. Stanisław Staszic, Józef Czapski oraz Andrzej Wajda.
- **Projekt „Książki na cztery pory roku”** – druga edycja rozpocznie się w październiku 2025. Podczas konferencji popularyzujemy nietuzinkowe książki i możliwości ich wykorzystania w pracy z uczniami oraz do samorozwoju.

Opinie naszych uczestników:

- *Kompetentni prowadzący, ciekawie prowadzone spotkanie i wiele inspiracji do wykorzystania w pracy z uczniami.*
- *Ciekawe spotkanie z ludźmi z pasją. Dziękuję.*
- *Bardzo dobrze przekazane informacje. Ciekawe tematy.*
- **Sieć nauczycieli polonistów**, której celem jest integracja środowiska polonistycznego, przekazywanie informacji przydatnych w pracy nauczycieli języka polskiego, wymiana doświadczeń oraz tworzenie sytuacji wsparcia.
- **Sieć nauczycieli bibliotekarzy szkolnych** to spotkania, na których umożliwiamy wymianę doświadczeń, inspirujemy się i **działamy cyfrowo** – nabywamy umiejętności w wykorzystaniu narzędzi cyfrowych przydatnych w pracy nauczyciela bibliotekarza.

Zainteresowały Cię nasze propozycje? Koniecznie zajrzyj na naszą stronę lub media społecznościowe!

Aldona Ferdyn (RODN „WOM” w Katowicach)

Chcesz być na bieżąco?



DOŁĄCZ DO NAS NA FB!

www.facebook.com/rodnwomkatowice



ORAZ NA INSTAGRAMIE!

www.instagram.com/rodnwomkatowice

Szkolna podróż

śladami patronów 2025 roku

PATRONI ROKU 2025



— Agnieszka Bartnik —

Nauczycielka historii i WOS, edukatorka oraz twórczyni strony @historia.dasielubic

» Uchwałą Sejmu i Senatu Rzeczypospolitej Polskiej patronami roku 2025 wybrani zostali Stefan Żeromski, Antoni Słonimski, Olga Boznańska, generał Kazimierz Sosnkowski, Franciszek Duszeńko, pierwsi królowie Polski oraz bohaterowie z Katynia, Charkowa i Miednoje, a także ks. prof. Józef Tischner, Maria Pawlikowska-Jasnorzewska, Władysław Stanisław Reymont oraz Wojciech Jerzy Has. To doskonała okazja, aby przybliżyć uczniom i uczennicom postacie ważne dla losów naszego kraju postaci.

Jedną z takich możliwości będzie przygotowanie wydażeń szkolnych, podczas których dzieci i młodzież w praktycznym działaniu zdobędą wiedzę na temat patronów. Świetnie do tego typu aktywności nadaje się metoda stacji.

Poniżej szczegółowy plan przebiegu takiego przykładowego wydarzenia i tego, jak najlepiej się do niego przygotować.

1. Organizacja i podział obowiązków.

- **Cel:** Zapewnienie sprawnego przebiegu wydarzenia poprzez wcześniejsze zaplanowanie grup i przydziału ról.
- Opiekunem wydarzenia może być jeden nauczyciel lub międzypodmiotowy zespół nauczycieli, w skład którego wchodzić będzie np. polonista, historyk, plastyk, etyk czy katecheta. Taki podział ról pozwoli lepiej rozplanować zadania i nadać wydarzeniu interdyscyplinarny charakter.
- Warto już na etapie planowania zaprosić do współpracy chętnych uczniów.

2. Losowanie patrona dla każdej grupy i wprowadzenie metody pracy.

- **Cel:** Zaangażowanie uczniów poprzez losowanie wybranych postaci, zapoznanie ich z metodą pracy oraz zadaniem do wykonania.
- Losowanie jednego patrona przez poszczególne klasy. Może to zrobić, np. przewodniczący klasy.
- Przedstawienie zadania: stworzenie gazetki ściennej poświęconej wylosowanemu patronowi 2025 roku. Gazetki będą stanowić podstawowe źródło wiedzy – na ich podstawie zostaną opracowane zadania.
- Wprowadzenie metody pracy:
 - ☑ Omówienie, na czym polega metoda stacji dydaktycznych.
 - ☑ Podkreślenie, że uczniowie będą mieli możliwość zdobywania punktów za poprawnie rozwiązane zadania.
 - ☑ Wyjaśnienie, jak będzie przebiegać cała uroczystość i kiedy się odbędzie.
- Przygotowanie list uczestników biorących udział w wydarzeniu (o jej sporządzenie można poprosić uczniów pomocników) – powinny zawierać:
 - ☑ nazwę grupy,
 - ☑ imiona i nazwiska oraz klasę uczniów w danej grupie.
- Ułatwienie identyfikacji grup:
 - ☑ Uczniowie mogą przygotować wcześniej karteczki z nazwą swojej grupy i przypiąć je do ubrania.

3. Opracowanie i wywieszenie gazetek ściennych.

➡ **Cel:** Stworzenie dostępnego dla wszystkich źródła wiedzy przed wydarzeniem.

- Gazetki mogą być tworzone na godzinach wychowawczych, co pozwoli na spokojne przygotowanie materiałów bez konieczności wykorzystywania dodatkowego czasu podczas lekcji.

■ Zakres tematyczny gazetek:

- ☑ Biografia – kluczowe wydarzenia z życia patrona.
- ☑ Cytaty, zdjęcia, grafiki.
- ☑ Znaczenie postaci dla historii i kultury.

Czas na przygotowanie: np. 2 tygodnie.

Rola uczniów pomocników:

- ☑ Pomoc w wywieszaniu materiałów na korytarzach.

4. Przygotowanie kart pracy do stacji dydaktycznych.

➡ **Cel:** Stworzenie różnorodnych zadań do rozwiązywania podczas uroczystości.

■ Rodzaje zadań:

- ☑ Quizy wyboru, dopasowania, uzupełnianie luk.
- ☑ Krzyżówki, zagadki, elementy escape roomu.
- ☑ Praca z tekstem, obrazem.

Zadania powinny odnosić się do treści zawartych na gazetkach.

Rola uczniów pomocników:

- ☑ Pomoc w opracowywaniu zadań.

5. Organizacja przestrzeni i stanowisk (stacji dydaktycznych).

➡ **Cel:** Zapewnienie odpowiednich warunków do pracy w grupach oraz swobodnego i bezpiecznego przemieszczania się.

■ Miejsce wydarzenia:

- ☑ Korytarz szkolny, aula lub sala gimnastyczna. Pozwoli to na swobodne przemieszczanie się uczestników i zapewni możliwość nadzoru nad grupą uczniów.

Uwaga: Jeśli uczniowie będą rozwiązywać zadania w innym miejscu niż szkolny korytarz, na którym wywieszone są gazetki, należy zadbać o odpowiedni wystrój tego miejsca nawiązujący do tematyki związanej z patronami.

■ Przygotowanie materiałów:

- ☑ Karty pracy, arkusze potrzebne do wpisywania punktów zdobytych przez uczniów, tabliczki z nazwami stacji, dodatkowe długopisy.

Podczas rozwiązywania zadań nie można podchodzić do gazetek i szukać odpowiedzi.

Rola uczniów pomocników:

- ☑ Pomoc w ustawianiu stołów i materiałów.
- ☑ Wsparcie w oznaczeniu sal (stref zadań).
- ☑ Przygotowanie dekoracji – np. wizerunków patronów, cytatów, symboli epok.

6. Przebieg uroczystości i system punktacji.

➡ **Cel:** Sprawne przeprowadzenie wydarzenia, zapewnienie płynnej rotacji grup i element rywalizacji.

Harmonogram

1. Wprowadzenie (10 min) – przypomnienie zasad i objaśnienie przebiegu wydarzenia.
2. Rotacyjne przechodzenie przez stacje (30 – 40 min).
3. Zdobywanie punktów:

- Każda grupa zdobywa punkty za poprawne rozwiązanie zadań.

- Po zakończeniu wszystkich stacji punkty są sumowane.

4. Podsumowanie i refleksja (10 min) – uczniowie dzielą się swoimi wnioskami, nauczyciel zadaje pytania, np. *Który patron był dla Was największym odkryciem?*

Rola uczniów pomocników:

- Monitorowanie przestrzegania czasu w poszczególnych stacjach.

- Pomoc w liczeniu punktów i podsumowaniu wyników.

7. Wręczenie nagród i dyplomów.

➡ **Cel:** Docenienie zaangażowania uczniów i podkreślenie ich pracy.

- Punkty uzyskane przez grupy są sumowane, a wyniki podliczane.

- Wręczenie dyplomów i – jeśli są fundusze – drobnych upominków dla najlepszych grup.

Uwaga! Nagrody mogą być wręczone w późniejszym terminie niż samo wydarzenie, np. na apelu szkolnym. Warto docenić także uczniów pomocników!

Zwieńczeniem szkolnych obchodów może być zorganizowanie kawiarenki (ważnym aspektem w tym przypadku będzie wystrój sali), podczas której chętni uczniowie i uczennice zaprezentują twórczość patronów, np. poprzez odczytanie (recytację) wierszy czy odegranie jakiejś scenki.

Przygotowałam osiem propozycji zadań wraz z odpowiedziami, które można wykorzystać w całości lub wybrać te spełniające Państwa oczekiwania, pozwalając na kształtowanie i zdobywanie nowych umiejętności bądź bazujących na mocnych stronach uczniów i uczennic.

1. **Rozwiąż rebus, a dowiesz się, jaki tytuł nosi jedna z książek napisanych przez księdza Józefa Tischnera. Pamiętaj, że w niektórych słowach występują zamiany liter. Wykorzystaj podane wskazówki, aby poprawnie odgadnąć hasło!**



b = m - k



+ś - s



k = w o = y + u



o = a = n o = e

Hasło:

Poprawna odpowiedź: *Myśli wyszukane*

2. Przeczytaj uważnie tekst. Twoim zadaniem jest odnalezienie słów znajdujących się w podanych miejscach w zdaniach, np. trzecie zdanie, ósmy wyraz od początku. Pamiętaj, że wliczamy tutaj także przyimki (w, na, z itp.). Zapisz odnalezione wyrazy w formie cyfr arabskich. Kolejną częścią tego zadania będzie ustalenie, z jakimi postaciami jest ta data związana.

- Pierwsze zdanie – dziesiąty wyraz, licząc od początku.
- Szóste zdanie – czwarty wyraz, licząc od końca.
- Siódme zdanie – szósty wyraz, licząc od końca.
- Czwarte zdanie – siódmy wyraz, licząc od początku.

List 34 z 1964 r. to manifest przeciwko cenzurze – jeden z najważniejszych w PRL.

Antoni Słonimski był jego współtwórcą, wierzył w wolność słowa.

Marzył, by pewnego dnia zapisać na kartach historii swoją twórczość.

Kto ma marzenia, ten zawsze znajdzie pięć minut na ich realizację – mawiał.

Urodzona w Krakowie, już jako dziecko tworzyła niezwykle prace.

W jej twórczości nie ma miejsca na zero sztuczności – to autentyzm.

W filmie *Sanatorium pod Klepsydrą* Wojciech Jerzy Has pokazał dwa oblicza rzeczywistości – sen i jawę.

Wszyscy ci patroni udowodnili, że kultura i sztuka są fundamentem narodowej tożsamości.

Odpowiedź:

Poprawna odpowiedź: 1025 – data koronacji dwóch pierwszych królów Polski: Bolesława I Chrobrego i Mieszka II Łam-berta.

3. Ułóż poniższy biogram dotyczący Stefana Żeromskiego w odpowiedniej kolejności chronologicznej. Zwróć uwagę na kluczowe momenty w życiu pisarza.

1. Zadebiutował powieścią, w której opisał młodzież szkolną w czasach rusyfikacji.
2. Zyskał sławę jako autor książki o trudnym losie lekarza społecznego.
3. Wydał powieść, w której zastanawia się nad przyszłością Polski po odzyskaniu niepodległości.
4. Pracował jako bibliotekarz, angażując się w pomoc potrzebującym i edukację społeczną.
5. Uczęszczał do szkoły w Kielcach, gdzie rozwijał pasję do literatury.

Poprawna odpowiedź – kolejność chronologiczna:

5. Uczęszczał do szkoły w Kielcach, gdzie rozwijał pasję do literatury.
4. Pracował jako bibliotekarz, angażując się w pomoc potrzebującym i edukację społeczną.
1. Zadebiutował powieścią, w której opisał młodzież szkolną w czasach rusyfikacji (*Szyfrowe prace*).
2. Zyskał sławę jako autor książki o trudnym losie lekarza społecznego (*Ludzie bezdomni*).
3. Wydał powieść, w której zastanawia się nad przyszłością Polski po odzyskaniu niepodległości (*Przedwiosnie*).

4. Przeczytaj poniższy tekst, a następnie uzupełnij luki w słowach, wstawiając brakujące litery, takie jak ó, u, rz, ż, ch itd, pamiętaj o zasadach ortografii.

Kazimie_ Sosnkowski był generałem walcz_cym o wolność swojej ojczyzny. Maria Pawlikowska-Jasno_ewska pisała pi_kne wiersze, pełne mar_eń i t_sknoty za Polską. Olga Boznańska to malarka, kt_rej obrazy za_wycały na wystawach na całym świecie. Władysław Reymont zdobył Nagrodę Nobla za powieść _łopi. Opowiada ona o _yciu na wsi. Stefan _eromski, znany pisar_, stwor_yl wiele utwor_w o miłości do ojczyzny i poświęceniu. Ks. J_zef Tischner był wybitnym filozofem i autorem książ_ek, kt_re pomagały zroz_mieć tr_dne pytania o wiarę i człowieka. Franciszek D_szeńko, r_eźbia_, twor_yl dzieła ku czci pami_ci bo_ater_w narodowych. Wojciech Je_y Has re_yserował filmy przenoszące widz_w w niezwykle światy.

Poprawne odpowiedzi:

Kazimierz Sosnkowski był generałem walczącym o wolność swojej ojczyzny. Maria Pawlikowska-Jasnorzewska pisała piękne wiersze, pełne marzeń i tęsknoty za Polską. Olga Boznańska to malarka, której obrazy zachwycały na wystawach na całym świecie. Władysław Reymont zdobył Nagrodę Nobla za powieść *Chłopi*. Opowiada ona o życiu na wsi. Stefan Żeromski, znany pisarz, stworzył wiele utworów o miłości do ojczyzny i poświęceniu. Ks. Józef Tischner był wybitnym filozofem i autorem książek, które pomagały zrozumieć trudne pytania o wiarę i człowieka. Franciszek Duszeńko, rzeźbiarz, tworzył dzieła ku czci pamięć bohaterów narodowych. Wojciech Jerzy Has reżyserował filmy przenoszące widzów w niezwykle światy.

5. Rozwiąż rebusy, z których dowiesz się, jakie m.in. filmy nakręcił Wojciech Jerzy Has. Skorzystaj z szyfru Cezara (przesunięcie o 3 w prawo, np. literze U z szyfru odpowiada litera S z alfabetu). Zapisz wiadomość w odpowiednim miejscu.

alfabet: AĄBCĆDEĘFGHIJKŁMNŃOÓPQRSŚTUVWXYZŻ
szyfr: CĆDEĘFGHIJKŁMNŃOÓPQRSŚTUVWXYZŻAĄB

Ólgelgmczc kluwqtłc

Odpowiedź:

Ańqwg

Odpowiedź:

Ncnmc

Odpowiedź:

Poprawne odpowiedzi:

Ólgelgmczc kluwqtłc

Odpowiedź: *Nieciekawa historia*

Ańqwg

Odpowiedź: *Złoto*

Ncnmc

Odpowiedź: *Lalka*

6. Poniżej znajdziesz listę patronów roku 2025 oraz ich twórczość. Połącz poprawnie liczbę porządkową patrona z odpowiednią literą przypisaną do jego dzieła.

1. Antoni Słonimski	A. <i>Przedwiośnie</i>
2. Wojciech Jerzy Has	B. <i>Wspomnienia warszawskie</i>
3. Olga Boznańska	C. <i>Pismak</i>
4. Stefan Żeromski	D. <i>Ziemia obiecana</i>
5. Władysław Reymont	E. <i>Dziewczynka z chryzantemami</i>

1., 2., 3., 4., 5.

Poprane odpowiedzi: 1. B 2. C, 3. E, 4. A 5. D.

7. Korzystając z tablicy kodów, rozwiąż szyfrogramy, a poznasz tytuły dzieł Olgi Boznańskiej zakupionych przez rząd francuski do państwowych galerii sztuki.

Tabela kodów

1.	2.	3.	4.	5.
z	ę	l	p	v
ą	f	ł	q	w
b	g	m	r	x
c	h	n	s	y
ć	i	ń	ś	z
d	j	o	t	ż
e	k	ó	u	ź

Dzieło nr 1

1.	4.	1.	4.	3.	3.	2.	1.

Dzieło nr 2

4.	3.	4.	4.	4.	1.	4.
4.	1.	3.	3.	5.		

Poprawne odpowiedzi: *Bretonka* i *Portret panny Dygat*.

8. Wykreśl z diagramu sylabowego trzy miejsca, w których postawione zostały pomniki autorstwa Franciszka Duszeńki. Wpisz hasła w wyznaczone miejsca. Pozostałe sylaby odczytane poziomo utworzą rozwiązanie wskazujące miejsce spoczynku rzeźbiarza.

WES	TER	PLAT	TE
SRE	TO	RUŃ	BRZY
SKU	TRE	BLIN	KA

Miejsce nr 1

Miejsce nr 2

Miejsce nr 3

Franciszek Duszeńko został pochowany na cmentarzu w Gdańsku na

Poprawne odpowiedzi: *Westerplatte*, *Toruń*, *Treblinka*, hasło: *Srebrzysku*.

Bibliografia

- <https://culture.pl/pl> [Dostęp: 05.01.2025].
- Kronika Sejmowa* nr 10/11, lipiec-sierpień 2024, s. 46 – 50. <https://surl.li/miosoc> [Dostęp: 04.01.2025].
- <https://senat.edu.pl/edukacja/patroni-roku/news/patroni-roku-2025> [Dostęp: 04.01.2025].

ABC

Update: Żeromski

– projekt artystyczno-literacki



Eliza Flaszweska

Nauczycielka plastyki, doradczyni metodyczna w zakresie plastyki w RODN „WOM” w Katowicach

» W 2025 r. przypada 100. rocznica śmierci Stefana Żeromskiego – jednego z najwybitniejszych polskich pisarzy, duchowego autorytetu polskiej inteligencji, autora opowiadań, powieści, dramatów i reportaży, które ukształtowały narodowe myślenie wielu pokoleń Polaków. Zgodnie z decyzją Sejmu Stefan Żeromski został ustanowiony patronem obecnego roku. Proponuję realizację cyklu warsztatów literacko-plastycznych poświęconych twórczości autora, który pisał nie tylko piórem, ale i sercem. To doskonała okazja, by spojrzeć na jego dzieła oczami wyobraźni, a także zaprosić uczniów do twórczego dialogu z literaturą. W trakcie zajęć warto łączyć słowo z obrazem, symbol z formą, i przede wszystkim – dać przestrzeń dla indywidualnej interpretacji. Nie ma jednej dobrej drogi – wszystko zależy od kreatywności, odwagi i pasji nauczyciela. Twórczość Żeromskiego, bogata w aktualne do dziś motywy patriotyczne, społeczne oraz psychologiczne, daje szerokie pole kreatywnego zwizualizowania.

Projekt ma charakter międzyprzedmiotowy i może być zrealizowany w postaci cyklu spotkań, po zapoznaniu się uczniów z literaturą autora lub w trakcie przygody z czytaniem. Poniżej przedstawiam propozycje modułów dydaktycznych.

1. Oczy duszy: bohaterowie Żeromskiego.

Tworzenie portretów bohaterów powieści Żeromskiego, np. Tomasza Judyma, Joasi Podborskiej, Cezarego Baryki. Uczniowie powinni się skupić na przedstawieniu cech charakterystycznych postaci oraz ich emocjach, poznaniu i podkreśleniu głębi

psychologicznej bohaterów. Proponowane techniki: rysunek, szkice węglem, akwarela i tusz, papier szary (pakowy); forma negatywu na czarnym papierze – rysunek jasną kredką. Inspiracji portretowych można szukać w twórczości niemieckich ekspresjonistów (Egon Schiele, Oskar Kokoschka, Käthe Kollwitz).

2. Widoki z lektur – widoki z miasta.

Organizacja pleneru artystycznego inspirowanego opisami przyrody i miejsc w twórczości Żeromskiego, takich jak Góry Świętokrzyskie, Warszawa, czy pejzaże miejskie z *Ludzi bezdomnych*. Uczniowie wybiorą fragmenty opisów przestrzeni i spróbują odnaleźć je w swojej okolicy. Może to być przyroda, architektura, fragmenty wnętrz. Również nauczyciel może się zaangażować i sam wybrać odpowiednie miejsca, następnie w tym miejscu zorganizować miejsce do pracy (sztalugi lub podkładki). Uczniowie odtwarzają na płótnie to, co widzą, wprowadzając swoją własną interpretację. Proponowana technika: malowanie farbami temperowymi, akwarelowymi, akrylowymi.

3. Symbole w twórczości Żeromskiego.

Uczniowie stworzą rzeźby inspirowane symboliką obecną w twórczości Żeromskiego. Proponowana technika: modelowanie przestrzenne w glinie (może być szybkoschnąca), płaskorzeźba w plastelinie i odlew gipsowy (negatyw i pozytyw), papier-mâché. Przykładowe tematy:

- Kamień – ciężar życia, twardość losu, przeszkoda lub fundament.

- Krzyż – symbol cierpienia, ofiary, moralnych dylematów (np. w *Ludziach bezdomnych*).
- Ręce – motyw pracy, pomocy, walki, ale też bezsilności (np. *Judyma*).
- Serce – miłość, ale też empatia, wewnętrzny ból i wrażliwość społeczna.
- Okno – symbol wyboru, perspektywy, nadziei, kontaktu ze światem (w *Siłaczce* i innych nowelach).
- Droga (ścieżka) – symbol życiowej wędrówki, poszukiwania sensu i prawdy.
- Lampa (światło) – symbol wiedzy, oświecenia, ale i gasnącej nadziei.
- Ptak (np. kruk, wrona) – jak w *Rozdziobią nas kruki, wrony...*, symbol zagłady, beznadziei, ostrzeżenia.
- Korzenie – przywiązanie do ziemi, tożsamości, historii (w *Wiernej rzeczce*).
- Łańcuch/kajdany – zniewolenie społeczne, polityczne, moralne.
- Płomień/ogień – bunt, namietność, zniszczenie, odrodzenie.
- Maski – fałsz, społeczna rola, rozdźwięk między prawdą a pozorem.

4. Plakaty filmowe do ekranizacji Żeromskiego.

Uczniowie projektują cyfrowo plakaty do wybranych ekranizacji powieści Żeromskiego. Wykorzystują darmowe programy graficzne, takie jak *Canva*, *Fotor*, *VistaCreate*, czy *Edit.org*. Skupiają się na przedstawieniu głównych motywów fabuły oraz atmosfery filmów. Przyporządkowują kolorystykę odpowiadającą poszczególnym lekturom. Dostosowują kompozycję, czcionkę, stylistykę. Prace można również wykonać analogowo, w technice kolażu. Warto obejrzeć istniejące plakaty do filmów opartych na twórczości Żeromskiego (Artur Sadowski: *Wierna rzeka*, 1983; Jan Młodożeniec: *Doktor Judym*, 1975).

5. Szklane domy.

Zadanie polega na projektowaniu przestrzennym, architektonicznym modeli futurystycznych budynków i instalacji. Do wykorzystania nadawać się będą kartony, opakowania, elementy plastikowe, taśmy klejące, kleje na gorąco. Warsztaty te rozwiną wyobraźnię przestrzenną. Zadaniem jest przeniesienie utopijnej wizji z literatury do trójwymiarowego modelu. Ciekawą inspiracją dla uczniów może być science fiction lub cyberpunk i opisywane w nich miasta wielopoziomowe, z jasnymi światłami LED, neonami oraz chaosem technologicznym. Podpowiedź wizualną można znaleźć w filmach *Blade Runner*, *Ghost in the Shell*, *Dune* (zrośnięte wieżowce, stacje kosmiczne, techno-ruiny).

6. Listy z Przedwiośnia.

Celem warsztatów jest zestawianie artystycznych ilustracji i kaligrafii. Zajęcia mają polegać na projektowaniu jednej strony listu, z inicjałem inspirowanym treścią. Elementy rysunku i grafiki odnoszą się bezpośrednio do treści listu. Tworzenie listu

w kontekście literackim pomoże uczniom zrozumieć postać bohatera. Dodatkowo uczniowie zaznajomią się ze znaczeniem litery konceptualnej, inicjału narracyjnego.

7. Ręce robotnika.

Ręce w twórczości Żeromskiego odgrywają symboliczne role. Są symbolem pracy i trudu, moralną odpowiedzią na prośbę o pomoc. W lekturach pojawiają się ręce pracowników, robotników, postaci walczących o lepsze życie. Warsztaty będą bazować na pracy z modelem oraz na analizie rąk (faktura skóry, kompozycja, perspektywa, anatomia). Proponowana technika: rysunek ołówkiem lub kredkami ołówkowymi.

8. Dialogi społeczne w obrazach.

To propozycja pracy grupowej, idealnej na podsumowanie cyklu bliższego zaznajamiania się z twórczością Żeromskiego. Grupy uczniów będą tworzyć cykl obrazów przedstawiających różne etapy dialogów społecznych opisanych przez Żeromskiego. Mogą się tu pojawić nowe zagadnienia, takie jak konflikty, zrozumienie oraz próby budowania wspólnoty. Każda grupa zajmie się inną sceną, co na koniec złoży się w serię prac pokazujących całość procesu społecznego. Techniki wykonania mogą być dowolne – rysunek, malarstwo, kolaż. Przedstawienie idei dialogu społecznego zawartego w lekturach może odbyć się również w postaci dramy, zaadaptowanej do dzisiejszych czasów.

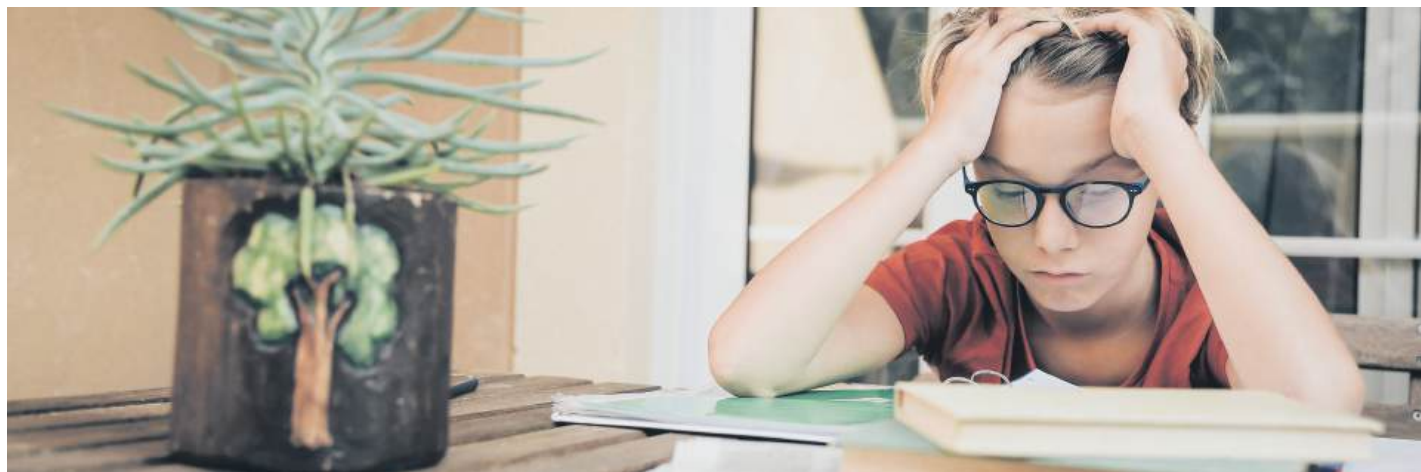
Rola nauczycieli jako przewodników po świecie twórczości Stefana Żeromskiego jest nie do przecenienia – to dzięki nim uczniowie mogą nie tylko poznawać teksty literackie, ale też doświadczać ich poprzez działania artystyczne, refleksję i dialog. Postarajmy się zatem, aby był to proces jak najbardziej interesujący. W obliczu współczesnych wyzwań edukacyjnych, łączenie słowa z obrazem staje się skutecznym narzędziem w procesie nauczania, umożliwiającym pełniejsze zrozumienie wartości, jakie zawarte są w twórczości Stefana Żeromskiego.

Zachęcam, by przy realizacji spotkań zwracać szczególną uwagę na:

- łączenie analizy tekstu z działaniem twórczym – niech praca plastyczna wynika z interpretacji i osobistego odbioru;
- eksponowanie motywów symbolicznych w twórczości Żeromskiego (np. ręce, natura, światło, choroba, walka wewnętrzna);
- angażowanie różnych form wyrazu – kolaż, rysunek, instalacja, elementy typografii czy liter z ilustracją;
- tworzenie przestrzeni do rozmowy i indywidualnych interpretacji – ważne, by uczniowie czuli się współtwórcami sensu;
- dostosowanie poziomu trudności do wieku i możliwości grupy – tak, aby każdy uczeń mógł aktywnie uczestniczyć i odnieść sukces.

Jak mi się nie chce...

– jak motywować i nie zwariować?



Wioleta Mueller-Konieczny

Doradczyni metodyczna w zakresie edukacji wczesnoszkolnej w RODN „WOM” w Katowicach

» Niezależnie od wieku człowiek na przemian (w różnorodnych proporcjach) odczuwa nieodpartą pokusę zdobywania świata (poszerzania wiedzy, umiejętności) i braku pędu do działania (stagnacja, zniechęcenie). Skąd bierze się taki stan rzeczy? Czy istnieje możliwość modelowania zachowania w tym zakresie? Poszukiwanie odpowiedzi na to pytanie rozpoczniemy od źródła zamieszania, czyli odnalezienia miejsca, gdzie powstaje motywacja?

Znana nam wszystkim teoria Abrahama Masłowa zakłada, że podstawą ludzkiego działania są potrzeby. To one sprawiają, że mobilizujemy swoje siły witalne i działamy w odpowiednim kierunku. Definicji potrzeb jest z całą pewnością tyle, ile ich samych. Ciekawą tezę w tym zakresie stawia Adam Lisowski. W jego ujęciu *potrzeba to pewien odczuwalny przez człowieka stan braku czegoś, co jest niezbędne do utrzymania go przy życiu, umożliwienia jego rozwoju i utrzymania określonej roli społecznej oraz zachowania równowagi psychicznej*¹. Człowiek – pisał Maslow – to zwierzę, które żywi pragnienia i rzadko – jedynie na krótkie okresy – osiąga stan całkowitej satysfakcji. Gdy jedno pragnienie zostaje zaspokojone, na jego miejscu pojawia się inne. Kiedy i ono zostaje spełnione, do gry włącza się następne. Cecha ta wyraża jest u istot ludzkich przez całe życie,

ponieważ człowiek praktycznie zawsze czegoś pragnie.² Doskonale tę myśl oddaje proces spełniania naszych marzeń. Po ich osiągnięciu, już mamy nowe w zanadrzu. Pracując nad swoją teorią, amerykański psycholog początkowo wyróżnił pięć grup potrzeb – potrzeby fizjologiczne, bezpieczeństwa, miłości i przynależności, szacunku i uznania, samorealizacji – sugerując jednocześnie, że to właśnie one, a nie system kar i nagród, są motywatorami ludzkich zachowań. Przedstawione w postaci piramidy potrzeby do ostatnich dni życia były przez autora nadbudowywane (rozszerzono je m.in. o potrzeby poznawcze, transcendencji, estetyczne). Można w literaturze znaleźć ich katalog w nieco zmienionej formie graficznej, pozwalającej wyraźnie dostrzec, że leżące u podstaw piramidy potrzeby fizjologiczne i bezpieczeństwa w konsekwencji zostają zdominowane przez przekuwanie ludzkiego potencjału w kwalifikacje (potrzebę samorealizacji).

Czyżby powyższe spojrzenie było tylko jednym z możliwości? Ciekawy cień na kwestię motywacji rzuca teoria autodeterminacji Deciego i Ryana³. Zakłada ona, że zaledwie trzy czynniki sprawiają, że podejmujemy działanie. Są nimi: 1) kompetencje, 2) autonomia i 3) istotność. Pokrótce chodzi o to, że człowiek musi mieć odpowiednie umiejętności do tego,

1 A. Lisowski: *Badanie potrzeb społecznych*. Biblioteka pracownika socjalnego. Interart, Warszawa 1996.

2 A. Maslow: *Motywacja i osobowość*. PWN, Warszawa 2014.

3 E. L. Deci, R. M. Ryan: *Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health*. „Canadian Psychology” no 49.

aby wykonać powierzone mu zadanie (1). Chętnie podejmuje aktywność, gdy pozostawiona mu jest wolność wyboru (2) (Człowiek chce sam decydować o tym, jak będzie wyglądała jego praca). Potrzebuje poczucia, że coś jest dla niego ważne (3). Chcemy przecież widzieć cel podejmowanych aktywności.

Gdy weźmiemy pod uwagę powyższe rozważania, dostrzeżemy wiele możliwości motywowania naszych uczniów (wychowanków) i nas samych do działania. Istnieje sprawdzona *Szkolna 5 pracująca nad motywacją*. Jest nią uczeń, nauczyciel, środowisko, treść i metoda. Treść wynikać będzie oczywiście z przepisów prawa (patrz: *Rozporządzenie Ministra Edukacji w sprawie podstawy programowej*), natomiast cała reszta jest zależna od nas. Postawa nauczyciela, jego kompetencje (cechy osobowościowe, kwalifikacje), charyzma, pasja nauczania, zaangażowanie... Lista cech pożądanych jest długa. Nie stanowi ona podstawy naszych dzisiejszych rozważań, więc uznajmy katalog za inspirację do dalszych poszukiwań i skupmy się na uczniu. To on i ona znajdują się w centrum procesu edukacyjnego. Znajomość naszych podopiecznych zdaje się być kluczowa. Jak moglibyśmy określić kompetencje, ocenić istotność lub wyznaczyć atrakcyjny cel bez poznania jednostki? Podstawą działań nauczyciela w tym zakresie powinna być zatem diagnoza oraz nawiązanie relacji z uczniem. Gdy już wiemy, jakie są zainteresowania naszej klasy, warto zadbać o integrację zespołu. Współpraca i wzajemne zaufanie są kluczem do sukcesu. Możemy oczywiście spojrzeć na zagadnienie nieco szerzej, przez pryzmat domu rodzinnego (współpraca z rodzicami) oraz całej kadry pedagogicznej (nauczycieli uczących, specjalistów itp.). Im więcej informacji posiadamy, tym lepiej znamy swój zespół klasowy. Im lepiej znamy swój zespół, tym lepiej wykorzystamy narzędzia motywacyjne (w tym motywujące metody pracy).

Pamiętajmy, że autonomia jednostki jest niezwykle ważnym elementem na drodze do zdobycia wiedzy czy umiejętności. Uczeń musi być zaangażowany w proces dydaktyczny oraz mieć wpływ na jego kształt. Jest już chyba dla wszystkich oczywiste, że podawanie informacji *na tacy* nijak się ma do aktu nauczania. Gdyby tak do schematu lekcji dorzucić na jej wstępie wskazanie celu (realnego, powiązanego z codziennością, użytecznego i zarazem atrakcyjnego), skupić rozproszoną uwagę na temacie zajęć oraz kończąc lekcję empirycznie udowodnić dzieciom, że po tych 45 min zdobyły już jakieś umiejętności lub posiadały pewien zakres nowej wiedzy? To dopiero motywujące!

Ucieknijmy na chwileczkę w świat zmysłów, by zobrazować sytuację. Wchodząc do renomowanej restauracji klient rozpoczyna swoją ucztę od obserwacji wnętrza oraz pobudzającej kubki smakowe przystawki. Następnie otrzymuje danie główne, po którym przychodzi czas na upragniony deser. Przełóżmy to doświadczenie na wzorcową sytuację szkolną.

Nauczyciel wchodząc do klasy, prezentuje kilka obiektów powiązanych z tematem zajęć. Uczniowie mogą nimi manipulować i wykonując ciąg operacji myślowych, samodzielnie szukać elementu spójnego (skupienie uwagi). A może zacznijmy troszkę inaczej. Napiszmy na tablicy kilka pytań, na które podczas zajęć będziemy poszukiwać odpowiedzi lub postavmy kontrowersyjną tezę? Przekażmy uczniom, jaki jest cel spotkania. Przekładając go na język ucznia, udzielmy odpowiedzi na pytania: Co będę z tego miał? Po co mi to? To właśnie jest nasza przystawka.

Danie główne to temat naszych zajęć podany w różnorodny i zawsze aktywizujący sposób (wybrane metody aktywizujące przedstawię w kolejnym numerze kwartalnika).

Czas na deser. Formą podsumowania zajęć będzie udzielenie odpowiedzi na zadane na wstępie pytania. Świetnym rozwiązaniem jest także indywidualne sprawdzenie przyrostu wiedzy. W mojej praktyce (jestem nauczycielem języka angielskiego w edukacji wczesnoszkolnej) wygląda to np. tak. Na wstępie zajęć uczniowie proszeni są o wpisanie na małą samoprzylepną karteczkę wszystkich znanych zwrotów związanych z danym kręgiem tematycznym, np. pogodą. To swoista diagnoza umiejętności własnych. Niezależnie od sytuacji wyjściowej pod koniec zajęć proszę o uzupełnienie listy o nowo poznane zwroty. Efekt bywa oszałamiający, choć zróżnicowany. Co zaskakujące, takie działanie pozwala dodatkowo wyróżnić uczniów, którzy potrzebują pracy na nieco wyższym poziomie (to właśnie ta grupa na wstępie wypisze cały katalog słówek). I choć wydawałoby się, że w procesie oceniania zasługują na celujący, niestety niewiele wynoszą z zajęć (brak przyrostu wiedzy). Skupmy się jednak na najliczniejszej grupie, czyli uczniach ze średnimi wynikami. Koniecznie zerknijmy do tzw. ostatniej ławki. Tutaj zadzieje się najwięcej. Może w efekcie młody człowiek po raz pierwszy poczuje, że potrafi, jest zdolny?

W kontekście motywowania często nawiązuje się do wykorzystania kar i nagród. Bądźcie ostrożni. Ta broń może być niebezpieczna.



Redakcja kwartalnika RODN „WOM” w Katowicach „Forum Nauczycieli” zaprasza do współpracy twórczych nauczycieli i dyrektorów.

Propozycje artykułów możecie Państwo przysyłać pocztą elektroniczną pod adresem: forumnauczycieli@womkat.edu.pl

Materiały do kolejnego numeru przyjmujemy **do 4 października 2025 r.**

Trzy zasady skutecznej motywacji

Po pierwsze: gdy uczeń posiada motywację wewnętrzną, nagroda może ją osłabić lub całkiem zniszczyć. Nie nagradzaj zatem, jeśli nie jest to potrzebne.

Po drugie: działamy zespołowo. Motywacja to nie rywalizacja, chyba że rywalizujemy sami ze sobą. Jaki z tego wniosek? Nie porównuj uczniów między sobą. Nie faworyzuj. Nie oceniaj publicznie i proszę, porzuć, tzw. tablice motywacyjne. Co możesz zrobić w zamian? Zachęć do działania całą klasę. Jak? Kup słoik i makaron. Zbierajcie makaron za pozytywne działania w waszej klasie. Po jego wypełnieniu spędźcie miło czas. Lekcja na świeżym powietrzu, a może wspólny szkolny seans filmowy? – to przestrzeń dla uczniów. Docień ich pomysłowość. Jednocześnie pamiętaj, by spośród kilku ich propozycji wybrać tą możliwą do realizacji w warunkach klasowych. To nagroda,

która uskrzydla cały zespół. Słoik oczywiście ma swoje tajemnice. I tak: liczbę makaronów, które znajdują się w pojemniku, zawsze ustala nauczyciel. Nigdy nie pozwól na wyciąganie jego zawartości, nawet jeśli klasa popełni przewinienie. Dopasuj wielkość słoja do wieku swoich podopiecznych (im młodsza grupa wiekowa, tym mniejszy). Wskaż poziom wypełnienia naczynia. Musi być jasne, że uczniowie osiągnęli cel. Zadbaj, by wszyscy uczniowie byli obecni w dniu celebracji.

Po trzecie: pozwól uczniom odczuć satysfakcję z włożonego wysiłku, czyli angażuj, angażuj i jeszcze raz angażuj. To nie skomplikowanego. Wykorzystaj pracę grupową, edukację rówieśniczą, pokaż, jak się uczyć, powiąż z praktyką, daj swobodę w wyborze środków dydaktycznych. Taka aktywność własna pozbawiona szkolnej nudy jest nagrodą samą w sobie.

Choć temat motywacji został przeze mnie zaledwie rozpoczęty, mam nadzieję, że przykłady zaproponowanych działań pozwolą Wam na czerpanie satysfakcji i przysporzą wielu edukacyjnych chwil pełnych pasji odkrywania siebie i swoich uczniów na nowo.



WARTO WIEDZIEĆ!

Doskonalenie warsztatu pracy – klucz do nowoczesnej edukacji

Otoczający nas świat zmienia się w zawrotnym tempie, pojawiają się nowe technologie i nieprzewidywalne, jak pokazały ostatnie lata, wyzwania społeczne. Oczekiwania wobec nauczycieli i poziomu ich kompetencji rosną. Ciągły rozwój zawodowy coraz częściej nie jest wyborem, ale koniecznością.

Co może motywować do doskonalenia i podążania w stronę nowoczesnej edukacji?

- **Przyjemność bycia skutecznym w swojej pracy** – nie tylko odpowiedzialność za realizację podstawy programowej, przygotowanie do egzaminu ósmoklasisty, czy maturalnego, ale przede wszystkim przywilej obserwowania rozwoju swoich uczniów, patrzeć jak dzięki nam rozwijają skrzydła. To silny bodziec do szukania nowych metod dydaktycznych i pogłębiania własnych umiejętności. Wiedza pozwala więcej rozumieć i skuteczniej wspierać młodych ludzi edukacyjnie i emocjonalnie.
- **Samorealizacja w świecie względnej autonomii.** Uczestniczenie w szkoleniach, wymiana doświadczeń i doskonalenie warsztatu pracy dają realną wiedzę, wzmacniają poczucie wartości, pewność siebie, zaufanie do własnych pomysłów i kompetencji. Dają przestrzeń i wolność do tworzenia strategii nauczania, wybierania metod pracy, planowania lekcji.
- **Lifelong learning - idea uczenia się przez całe życie** – już właściwie przywykliśmy do konieczności podążania za zmianami i ciągłego uczenia się, warto pamiętać, że jedyną osobą, którą realnie możemy zmienić i ukształtować jesteśmy my sami. Zmiana świata zaczyna się od nas, rozwój nauczyciela przekłada się na lepsze relacje z uczniami, satysfakcję z pracy i motywację do dalszego działania.
- **Wewnętrzna potrzeba rozwoju** – w świecie, który zmienia się z dnia na dzień, nauczyciel staje się nie tylko przewodnikiem po wiedzy, ale również kimś, kto sam musi nieustannie szukać, odkrywać, uczyć się. W zawodzie nauczyciela jest jednak coś, co sprawia, że to nie tylko obowiązek realizacji podstawy programowej, to spotkania z uczniami, towarzy-

szczenie młodym ludziom w ich rozwoju, obserwowanie ich odkryć i przełomów, spotkania, które sprawiają, że ten zawód staje się pasją, a samodoskonalenie potrzebą.

- **Poczucie odpowiedzialności** – to silny bodziec, motywacja do uczenia się. Wiemy, że świat naszych uczniów nie jest już tym samym światem, który pamiętamy sprzed kilku lat. Technologie, język, wyzwania społeczne – wszystko się zmienia. Jeśli nauczyciele chcą być wiarygodni, potrzebują te zmiany rozumieć i sami się w nich odnajdywać, by pedagogiczny kompas wskazywał właściwy kierunek.
- **Poczucie sensu i wartości wykonywanej pracy, jej rangi** – zwłaszcza w momentach wypalenia czy zniechęcenia. Nic tak nie motywuje zawodowo, jak poczucie, że robimy coś dobrego, że mamy wpływ, że możemy realnie kształtować przyszły świat, zmieniać szkołę – choćby krok po kroku. Czasem wystarczy jedno inspirujące szkolenie, jedna rozmowa, jeden projekt, by rozpalić na nowo to, co zaczęło przygasać.
- **Mądry dyrektor** – przyjazne środowisko pracy jest szczególnie ważne w szkole. Pracownik, który czuje się doceniany, czuje wsparcie i ma realną możliwość wdrażania zdobytej wiedzy, analogicznie jak uczeń, rozwija skrzydła, szybciej przechodzi od poziomu rzemiosła do mistrzostwa w tym zawodzie, chętniej angażuje się i dba o własny rozwój. Docenianie pracowników i tworzenie warunków współpracy, rozwoju, inspiracji motywują całe grono pedagogiczne. To wielka sztuka stworzyć zgrane, współpracujące grono pedagogiczne, sztuka i wyzwanie dla dyrektora.

Piszą, że zawód nauczyciela to powołanie i pasja, aby tak było konieczne jest ciągłe szukanie, uczenie się i doskonalenie warsztatu pracy. I to się dzieje w belferskim świecie, pomimo trudności i presji czasu, nauczyciele sięgają po nowe metody, angażują się w projekty, uczestniczą w szkoleniach, konferencjach, dają się inspirować i inspirować innych. Współczesny nauczyciel to już nie tylko przewodnik po świecie wiedzy!

dr Mirella Zajęga (RODN WOM w Katowicach)

Dlaczego sen jest ważny?

Opowiadanie psychoedukacyjne



— Sandra Cieśla —

Doradczyni metodyczna w RODN „WOM” w Katowicach, członkini Polskiego Towarzystwa Pedagogicznego

➤ **Kategoria wiekowa:** uczniowie szkoły podstawowej, klasy 4 – 8

☑ **Przedmiot:** zajęcia z wychowawcą/godzina wychowawcza

Okres nastoletni jest specyficznym czasem w życiu człowieka, w którym dziecko staje się młodym dorosłym. Sam sen u młodzieży i jego architektura nie zmieniają się już w tym czasie, tak jak we wcześniejszych etapach, ale zmienia się cały kontekst kulturowy, społeczny i edukacyjny wokół snu. Okres ten charakteryzuje się również skracaniem ilości snu przez samego nastolatka. Z punktu widzenia lekarza czy terapeuty dziecięcego pojawia się nowy problem – rodzice nie mają pełnej wiedzy na temat tego, ile rzeczywiście śpi dziecko. A nawet jeżeli wiedzą, to mogą mieć trudności we wprowadzaniu zasad higieny snu czy egzekwowaniu innych wymagań, jakie świat stawia przed młodym człowiekiem.

Skutki braku snu u nastolatków są tożsame z konsekwencjami u dorosłych – zwiększają ryzyko zaburzeń psychicznych (zaburzenia lękowe czy depresja), zaburzeń zachowania, zwiększają ryzyko chorób sercowo-naczyniowych. Poza tym niewyspani nastolatki są senni w ciągu dnia, mają obniżony nastrój, motywację, gorzej postrzegają swoje zdrowie, rzadziej podejmują aktywność fizyczną, mają więcej niepowodzeń w ramach edukacji szkolnej (zmniejszona ilość snu pogarsza pamięć i zdolności poznawcze), częściej sięgają po używki. W przypadku dużego deficytu snu (mniej niż 6h na noc) występuje

więcej problemów interpersonalnych oraz problemy psychologiczne (niższa satysfakcja z życia, niższa samoocena).

Kluczowe jest stosowanie zasad higieny snu¹, co nie powinno być zaskakujące. Wymienia się wśród nich – korzystanie z łóżka jedynie do spania, ustalanie godzin kładzenia się spać przez rodziców, relaks przed snem, obecność rytuału przedsenego, aktywność fizyczną w ciągu dnia. W przypadku nastolatków nie jest sprecyzowane (tak jak ma to miejsce u dorosłych), jaki rodzaj, czas trwania ćwiczeń oraz pora dnia ich wykonywania, są najlepsze dla snu nastolatka. Odradza się jednak intensywny wysiłek fizyczny bezpośrednio przed snem. Ważne jest też pozytywne środowisko rodzinne bez kłótni i chaosu.

Opowiadanie psychoedukacyjne

W pewnym mieście żył sobie chłopak o imieniu Jurek. Uczył się w 8 klasie i jak wszyscy jego rówieśnicy kochał swój telefon komórkowy, prawie tak mocno jak swoich rodziców. A na pewno bardziej niż swoją własną siostrę Zosię, z którą – jako starszy brat – toczył nieustanne kłótnie dosłownie o wszystko.

Pewnego dnia Jurek wrócił ze szkoły i od razu zapowiedział mamie, że dzisiaj kładzie się wcześniej spać i nie będzie brał telefonu komórkowego ze sobą do pokoju – jak to zwykle bywało – ponieważ – jak to określił *Mój mózg musi mieć czas, aby posprzątać pokój, bo jak nie, to się to na mnie zemści*. Mama niezbyt zrozumiała słowa syna, więc postanowiła podrażnić trochę temat:

¹ Sen Polaków – Raport 2021. <https://epsycholodzy.pl/blog/2021/11/17/raport-sen-polakow-2021/> [Dostęp: 13.01.2025].

– Synu, to bardzo chwalebne, że postanowiłeś nareszcie mnie posłuchać i nie brać ze sobą telefonu komórkowego, gdy kładziesz się spać, nie mniej jednak, czy mógłbyś mi wytłumaczyć co spowodowało tę zmianę w Twoim podejściu do tego tematu? – zapytała mama.

– Mamo, dzisiaj na godzinie wychowawczej pani nam opowiadała, jak działa ludzki mózg w nocy i ja nareszcie zrozumiałem, dlaczego rano jestem często taki zmęczony!

Mama postanowiła, że musi poznać tematykę owej godziny wychowawczej, gdyż może się to przydać na przyszłość, np. w odniesieniu do Zosi, która również podkrađa telefon komórkowy, aby jeszcze chwilę porozmawiać z koleżankami.

– Jureczku, usiądź tu na chwilę ze mną i dokładnie mi wszystko wyjaśnij, ponieważ nic z tego co powiedziałeś nie rozumiem.

– No mamo, przecież wiesz, że ludzki mózg to jest taki superkomputer, który zarządza całym ciałem i wszystkimi procesami życiowymi człowieka – uczyliśmy się o tym na biologii. Do tego celu zużywa ogromne ilości energii i jeśli się nie naładuje – właśnie w nocy – to podobnie jak telefon komórkowy, nie będzie działał poprawnie. Jak to pani określiła...? – wejdzie w tryb intensywnego oszczędzania baterii, podczas którego nie działają wszystkie programy i aplikacje, tak jak powinny. A wiedziałaś mamo, że nasz mózg to najbardziej egocentryczny narząd? Jeśli dla niego nie wystarczy energii do działania, to będzie osłabiał pracę wszystkich innych narządów, tak aby dla niego jak najwięcej zostało? Serio! Mózgu nie da się oszukać!

– Naprawdę? A czy można mu jakoś pomóc?

– No właśnie można! Wystarczy tylko dać mu czas na ponowne naładowanie i wszystko będzie dobrze. Nasz mózg potrafi się łądować tylko w nocy, gdy człowiek śpi. A wiesz mamo, że w dzień, gdy mamy otwarte oczy, nasz mózg zużywa aż 80% swojej energii do tego, aby dokonywać obróbki cyfrowej tego, co widzimy? Czy coś jest blisko czy daleko? Kolory, kształty, wielkość przedmiotów – dosłownie wszystko! Mózg pobiera dane z otoczenia za pomocą wszystkich naszych zmysłów i nieustannie je rejestruje, przetwarza, analizuje i zapisuje najpierw w pamięci krótkotrwałej, a następnie przenosi do pamięci długotrwałej – jeżeli coś jest naprawdę ważne. Dlatego, aby usprawnić jego moce obliczeniowe – trzeba spać regularnie i sen nie powinien być niczym przerywany. Wiesz mamo, to zupełnie jak z telefonem komórkowym – jak nie chcemy, aby bateria w telefonie się zepsuła, to nie należy korzystać z telefonu podczas ładowania oraz nie należy odłączać telefonu od ładowarki dopóki telefon nie naładuje się w 100%. Z naszym mózgiem jest dokładnie tak samo!

Mama była pod wielkim wrażeniem słów syna. Entuzjazm Jurka utwierdził ją w przekonaniu, że może tym razem jej syn naprawdę zrozumiał, dlaczego sen jest taki ważny.

– Synu, a mógłbyś mi jeszcze wytłumaczyć, o co Ci chodziło z tym sprzątaniem pokoju przez mózg? Masz na myśli Twój pokój? – zapytała mama przewrotnie.

– No co ty, mamo! Pani nam tłumaczyła, że te wszystkie dane,

które w ciągu dnia nasz mózg pobiera z otoczenia, gdzieś musi umieszczać – no właśnie w takim pokoju informacji z danego dnia. A że mózg jest taki zapracowany w ciągu dnia, to nie ma czasu na bieżące porządkowanie tych informacji i w tym pokoju robi się bałagan pod koniec dnia. Danych, które nasz mózg tam umieścił jest tak dużo, że ledwo się tam mieszczą, a sama mi mówiłaś, że w bałaganie trudno jest się skoncentrować. Dokładnie tak samo myśli nasz mózg. Dlatego w nocy następuje akcja segregowania danych, porządkowania oraz usuwania niepotrzebnych informacji.

– Ok., ale powiedz mi w jaki sposób mózg sprząta ten bałagan?

– Mamo, wyobraź sobie, że jak zaśniesz, to mózg obniża temperaturę Twojego ciała, spowalnia akcję serca, nie jesz, nie pijesz, masz zamknięte oczy – więc nie ma potrzeby obróbki cyfrowej obrazów, obniża się działanie wszystkich zmysłów do ok. 20% – wiesz jak aplikacja w tle w komputera, niby jest, ale tak naprawdę nikt z niej nie korzysta. Jak już mózg ma wolne 80% energii, które mu zostało i nic więcej do roboty, to właśnie wtedy ma czas na zrobienie porządków w tym pokoju informacji z danego dnia. Bo wiesz, mamo, wyobraź sobie, że jesteś mózgiem... wchodzisz np. o godzinie 22:00 (bo właśnie zaśnął) do tego pokoju i widzisz sterty rzeczy, które piętrzą się niczym towary w magazynie na półkach – jedne na drugich: smaki na kolorach, zapachy na obrazach, uczucia na doświadczeniach i mnóstwo innych – nic do niczego nie pasuje! Jak tu odnaleźć te WAŻNE informacje? Mózg zaczyna segregować wszystko na kupki: kolory do kolorów, emocje do emocji, kształty do kształtów, itd. i dopiero jak już to wszystko pooddziela i poukłada, to widzi co jest ważne, co już zna – i tego nie musi powtórnie zapamiętywać, a co jest nowe i należy to gdzieś umieścić – nadać temu znaczenie.

– A ile czasu potrzebuje mózg na posprzątnięcie?

– Pani powiedziała, że dorosły człowiek potrzebuje ok. 6 – 8 godzin nieprzerwanego snu, a nastolatki powinny spać ok. 10 godzin dziennie, ponieważ w nocy wytwarza się też hormon wzrostu, a my jeszcze rośniemy i nasze organizmy się rozwijają, więc to dodatkowa praca dla mózgu w nocy u dzieci. Wiesz mamo, ten mózg, to jest naprawdę bardzo zapracowany! On nigdy nie odpoczywa – zawsze coś robi!

– A co się dzieje, gdy człowiek śpi za krótko? np. 5 godzin – tak jak Ty ostatnio w sobotę...

– Oj mamo! Już nigdy tak nie zrobię! Jak będę tak krótko spał, to mój mózg nie będzie w stanie ogarnąć tych wszystkich informacji, które zgromadził w ciągu dnia – albo je zapomnę, albo wszystko mi się pomiesza. To zupełnie tak samo, jak ktoś robił bałagan przez 19 godzin, a miałby to wszystko posprzątać w 5 godzin – nie da rady; posprząta tylko część pokoju albo wszystko – jak Ty to mamo nazywasz „po łóbkach”. Tak czy inaczej efekt będzie nędzny, a doba ma tylko 24 godziny.

– A czy mózg może odłożyć sprzątnięcie pokoju na dzień następny, jeśli dzisiaj nie zdąży? – mama zadała podchwytliwe pytanie.

– No właśnie że nie może, bo następnego dnia otwiera się nowy



pokój z kolejną datą i cały proces gromadzenia danych powtarza się od nowa – nowy pokój, nowy bałagan do posprzątniania. Nie wystarczy czasu na uprzątnięcie starego i nowego bałaganu w ciągu jednej nocy.

– Ok., a gdyby jakiś nastolatek (to że w tej chwili patrzę na Ciebie nie ma absolutnie żadnego znaczenia ...) – powiedziała mama patrząc synowi głęboko w oczy, chciałby jednak przechrztyć mózg i spałby np. 5 godzin – przerwa na granie na komórce (2 godziny) – następnie 5 godzin snu, to w sumie miałyby 10 godzin snu? Jak uważasz?

– Wiesz mam, rozważaliśmy podobną sytuację z panią na lekcji – niestety nie da rady... Problem w tym, że nasz mózg postrzega światło emitowane przez ekran komórki jak światło dzienne..., więc jeżeli jakiś nastolatek (przecież nie ja ...) spałby tylko 5 godzin, to dla jego mózgu zaraz po obudzeniu i włączeniu komórki – zaczyna się nowy dzień, nawet jeśli to 3 nad ranem. Mózg w takiej sytuacji pomyśli, że sen nocny się skończył i czas zacząć nowy proces gromadzenia danych. I nawet jeśli ten nastolatek (przecież nie ja...) zaśnie znowu na 5 godzin, to niestety mózg nie ma wystarczająco dużo energii z poprzedniego „ładowania”, nie będzie w stanie dobrze funkcjonować i znowu włączy się tryb intensywnego oszczędzania baterii – jak w telefonie komórkowym!

– Synu, nawet nie wiesz jak ja się cieszę, że nareszcie zrozumiałeś, to o czym od lat mówimy Ci z tatą: sen jest bardzo ważny

dla prawidłowego rozwoju młodego człowieka, efektywnej nauki i dobrego samopoczucia.

– Wiesz mam, dlaczego uwierzyłem naszej pani? Ponieważ, po pierwsze nasza pani nigdy nie kłamie, zawsze mówi nam prawdę – czy nam się to podoba, czy nie..., a po drugie sprawdziłem to na moim telefonie...

– Tak? A w jaki sposób? – mama zrobiła wielkie oczy ze zdziwienia.

– Mam, jak masz 5% energii w telefonie, to np. Google Maps nie działa, widzisz ikonkę – wiesz tę pinezkę, ale drogi nie znajdziesz, musisz naładować telefon...

➔ Komentarz metodyczny

W jaki sposób pracować z opowiadaniem psychoedukacyjnym?

Propozycje pytań oraz zadań dla uczniów:

1. Wyjaśnij, dlaczego Jurek był rano często zmęczony?
2. Czy Ty również, kładąc się spać, zabierasz telefon komórkowy ze sobą do łóżka? Jeżeli tak, to dlaczego? Jak długo korzystasz z telefonu przed snem?
3. Wyjaśnij, dlaczego ludzki mózg potrafi się regenerować tylko w nocy, gdy człowiek śpi?
4. Na podstawie poniższych informacji dotyczących norm ilości snu dla dzieci w różnych kategoriach wiekowych, zastanów się, dlaczego im młodsze dziecko, tym więcej snu potrzebuje?

Rekomendacje NSF (National Sleep Foundation) dotyczące snu niemowląt i dzieci²:

- do 3. miesiąca życia dziecka: 14 – 17 godzin na dobę,
 - od 4. do 11. miesiąca życia dziecka: 12 – 15 godzin na dobę,
 - od 1. do 2. roku życia dziecka: 11 – 14 godzin na dobę,
 - od 3. do 5. roku życia dziecka: 10 – 13 godzin na dobę.
5. Wyjaśnij, dlaczego dzieci muszą spać dłużej niż dorośli?
 6. Czy zdarza się Wam korzystać z telefonu komórkowego w środku nocy? Jeżeli tak, to dlaczego? Czy czujecie się wyśpani po takiej przerywanej nocy?
 7. Czy według Was można oszukać ludzki mózg?
 8. Czy potrafisz wyjaśnić, dlaczego człowiek, który chce odpocząć, chętnie zamyka oczy?

Bibliografia

1. 10 przykazań zdrowego snu dla dzieci i młodzieży. Narodowa Fundacja Snu <https://www.nfs.org.pl/index.php/wiedza/zasady-dobrego-snu/10-przykazan-zdrowego-snu-dla-dzieci-i-młodzieży/> [Dostęp: 13.01.2025].
2. Ile godzin powinien spać człowiek? Radio ZET (2023) <https://tiny.pl/lpm2bm2f> [Dostęp: 13.01.2025].
3. Sen Polaków – Raport 2021. psychodzy.pl (2021). <https://tiny.pl/vyd00-yc> [Dostęp: 13.01.2025].
4. Podczas snu mózg intensywnie pracuje. Usuwa toksyny odpowiedzialne za choroby. „National Geographic Polska” 2024. <https://tiny.pl/5rglvdf> [Dostęp: 13.01.2025].
5. Kiedy śpimy, nasz mózg pracuje jak zmywarka. Leki nasenne mogą mu zaszkodzić. „National Geographic Polska” 2025. https://tiny.pl/t_jlcdhj [Dostęp: 13.01.2025].
6. Osłabiała K.: Wpływ snu na funkcjonowanie mózgu, 2024. <https://tiny.pl/6psjqnqg> [Dostęp: 13.01.2025].
7. Rotkiewicz M.: Co robi mózg podczas snu. „Polityka”, 7.02.2014. <https://tiny.pl/cm44vc9q> [Dostęp: 13.01.2025].
8. Raport: Smartfon? Tak, ale z głową! Instytut Pokolenia, 2023. <https://tiny.pl/w5rrsgc8> [Dostęp: 13.01.2025].
9. Przeciętny Człowiek. Co się dzieje z mózgiem i ciałem kiedy śpisz? 2024 [plik wideo]. <https://tiny.pl/03rkv644> [Dostęp: 13.01.2025].

ABC

2 https://www.mp.pl/pytania/pediatrica/table/025_9019 [Dostęp: 13.01.2025].

Podsumowanie

Niniejsze opowiadanie psychoedukacyjne może być bardzo pomocne w rozmowie na temat pracy ludzkiego mózgu³, z uczniami – nastolatkami (np. podczas godziny wychowawczej), jego regeneracji podczas snu, a co się z tym wiąże zasad higieny snu oraz higieny cyfrowej⁴. Okres dorastania, to czas w który budzą się hormony (np. testosteron, estrogen), które mają bardzo duży wpływ na zaburzenia snu u nastolatków. Podobnie jak testosteron u chłopców, estrogen u dziewcząt na różne sposoby wstrząsa ich emocjami, funkcjami poznawczymi i ciałem, w tym snem. Oprócz hormonów, innym czynnikiem wpływającym na zmianę rytmu dobowego jest stosowanie i nadużywanie technologii.

Nastolatki spędzają dużo czasu, grając lub przeglądając media społecznościowe na smartfonie, co bardzo często powoduje uzależnienie lub zaburzenia koncentracji uwagi. Ten rodzaj technologii przyspiesza wydzielanie adrenaliny, kortyzolu i dopaminy. Razem zapewniają zastrzyk mocy, energii i przyjemności. Adrenalina przyspiesza refleks i umożliwia szybkie reakcje. Kortyzol zapewnia aktywność. A dopamina wpływa na sposób, w jaki człowiek szuka przyjemności i nagród. Przy prawidłowym stężeniu kortyzolu możemy bez problemu się budzić oraz zasypiać. Mało tego, hormon ten pełni także funkcję obronną dla naszego organizmu, ponieważ nie tylko pomaga

nam radzić sobie ze stresem, ale również jest odpowiedzialny za reakcję immunologiczną organizmu oraz za łagodzenie stanów zapalnych. Problem zaczyna się wtedy, kiedy poziom kortyzolu we krwi niebezpiecznie wzrasta, a tak się właśnie dzieje podczas nadmiernego korzystania z urządzeń elektronicznych, zwłaszcza przed snem, gdy organizm zaczyna się wyciszać, dodatkowo pobudzając mózg światłem niebieskim emitowanym przez ekran smartfona, co zakłóca wytwarzanie melatoniny (tzw. hormonu snu). Po lekcjach nastolatki często spędzają noc w swojej cyberprzestrzeni. Z reguły w szkołach uczniowie zaczynają lekcje wcześniej rano. Oznacza to, że młode osoby śpią tylko kilka godzin w nocy (średnio około sześciu godzin). Na tym etapie wzrostu wymagają co najmniej ośmiu godzin. Widok śpiącego nastolatka na pierwszej lekcji nie jest niczym zaskakującym w dzisiejszych czasach.

Jako wychowawca klasy 8 bardzo często rozmawiam z moimi wychowankami na tematy związane z okresem dojrzewania. Nastolatkom łatwiej zrozumieć ich ciała, gdy porówna się ich działanie do smartfona czy komputera, które są już nieodłączną częścią ich życia. Niniejsze opowiadanie psychoedukacyjne powstało na bazie przebytych rozmów z uczniami, ich reakcji oraz przeprowadzonych lekcji. Mam nadzieję, że dzięki temu wychowawcy klas 4 – 8 odnajdą pomoc w rozmowie ze swoimi wychowankami oraz innymi uczniami.



WARTO WIEDZIEĆ!

Jak ważne jest krytyczne podejście do informacji?

Wszyscy, niezależnie od wieku funkcjonujemy w cyberświecie, który charakteryzuje się m.in. ogromnym nadmiarem informacji. Jeszcze zupełnie niedawno musieliśmy zdobyć się na spory wysiłek, aby dotrzeć do interesujących nas danych. Obecnie (zwłaszcza po okresie pracy zdalnej spowodowanej pandemią) informacja poszukuje nas, a portale internetowe poprzez urządzenia elektroniczne bez przerwy walczą o uwagę użytkowników, ponieważ ich zaangażowanie i czas poświęcony mediom bezpośrednio przekłada się na coraz większe zyski z reklam. Największa (początkowo) zaleta internetowych portali – darmowa informacja stała się główną wadą. Za pobyt w sieci płacimy swoim czasem, danymi osobowymi, coraz częściej zdrowiem psychicznym i fizycznym, lękami, depresją, zaburzoną samooceną, a nawet reputacją. Media społecznościowe zbyt dużo o nas wiedzą, tworzą nasze profile opierając się głównie na danych, które w większości sami bezkrytycznie przekazujemy zamieszczając zdjęcia, filmy, relacje z podróży, spotkań itp. W zamian otrzymujemy nieprawdopodobną ilość informacji odpowiadających naszym preferencjom, oczekiwaniom i upodobaniom zgodnie z zasadą bańki informacyjnej. Coraz więcej docierających do nas informacji to fake-newsy, wiadomości sprzeczne, nieprawdziwe, zmanipulowane fakty, wypowiedzi i cytaty wyrwane z kontekstu, spreparowane i nieprawdziwe opinie. Dezinformacji sprzyjają także toczące się konflikty zbrojne oraz coraz łatwiejszy dostęp do narzędzi opartych na sztucznej inteligencji znacznie ułatwiających działania cyberprzestępców. Jak zatem zweryfikować prawdziwość

informacji, zwłaszcza że nasz mózg nie jest przystosowany do tak drastycznych zmian? Każdy z nas musi sam odróżnić prawdę od fałszu i nauczyć się poszukiwania prawdy. Każdy z nas musi myśleć krytycznie, kwestionować to co inni uważają za pewnik. Nie możemy ulegać emocjom pamiętając, że dezinformacja oparta jest na socjotechnikach. Weryfikujemy źródła informacji oraz informacje o autorze. Treść informacji skonfrontujemy z innymi źródłami. Unikajmy chwytliwych nagłówków. Pamiętajmy, że *lajki* nie są wyróżnikiem wiarygodności.

Według danych za ostatni kwartał 2024 r. 91,54% osób z najmłodszej grupy internautów (7-14 lat) przynajmniej raz dziennie połączyło się z Internetem i spędziło tu aż 4 godziny 29 min. Aż 89,63% (2,47 mln) najmłodszych użytkowników sięgało w tym celu po telefon lub tablet i spędzało z nim 4 godziny 8 min.

Krytycznego myślenia musimy uczyć zaczynając od najmłodszych, bo są oni wyjątkowo aktywnymi użytkownikami sieci, a informacja dociera do nich z bardzo wielu źródeł od platform edukacyjnych, portali informacyjnych po media społecznościowe. Krytyczne podejście do informacji (a nie krytykowanie) to jedyna droga, aby nauczyć się analizować coraz większą ilość danych, oceniać ich wiarygodność, wybierać właściwe rozwiązania problemów oraz zrozumieć, że nie wszystko wiemy. Takie myślenie pomaga nie zgubić się w sieci, chronić siebie, swoich najbliższych i swoją prywatność, a także nie ułatwiać życia cyberprzestępcom.

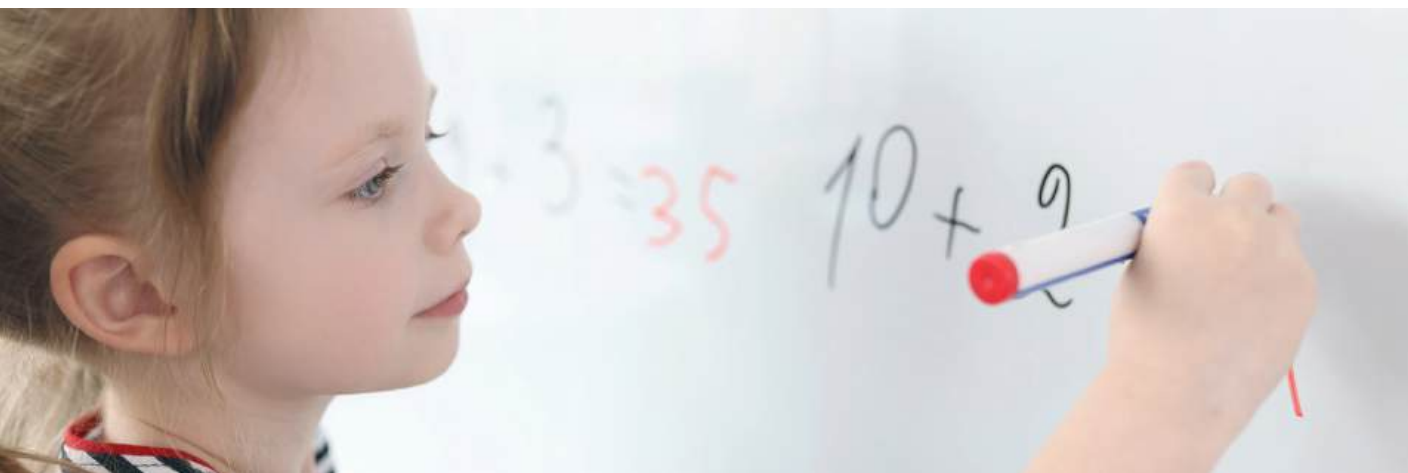
Andrzej Musiał (RODN „WOM” w Katowicach)

3 Przeciętny Człowiek. Co się dzieje z mózgiem i ciałem kiedy śpisz? (2024) [plik wideo]. https://youtu.be/1n6xa6stHVk?si=IW5wLa-E7K4Tu_FM [Dostęp: 13.01.2025].

4 M. Spitzer, M. Jędrzejko, A. E. Taper i in.: *Raport: Smartfon? Tak, ale z głową! Jak ustalać zasady bezpiecznego korzystania z technologii cyfrowych?* Fundacja Projekt PL na zlecenie Instytutu Pokolenia, Warszawa 2023. <https://samorząd.gov.pl/web/scdn-kielce/smartfon-tak-ale-z-glowa-jak-ustalac-zasady-bezpiecznego-korzystania-z-technologii-cyfrowych> [plik PDF] [Dostęp: 13.01.2025].

Matematyka – przyjemnie i skutecznie.

Czy to możliwe?



Dorota Pronobis-Kościńska

Dyrektor Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 1 w Strzyżowicach

» Matematyka – królowa nauk. Dla jednych ulubiony przedmiot w szkole, dla innych koszmar pełen strachu i stresu. Co zrobić, aby uczniowie chociaż trochę ją polubili? Jak sprawić, by liczenie nie kojarzyło się z lękiem?

Od najmłodszych lat, już w przedszkolu warto dobierać metody nauczania dające szansę rozwijania potencjału każdego dziecka, odpowiadające potrzebom i możliwościom zarówno dzieci z trudnościami, jak i zdolnych. W przedszkolu i klasach I – III warto skupić się na zabawie i grach edukacyjnych, najlepiej powiązanych z sytuacjami codziennymi (metoda prof. E. Gruszczyk-Kolczyńskiej). Ważne jest, aby gry nie tylko rozwijały umiejętności matematyczne, lecz także angażowały dłonie, ćwicząc sprawność manualną.

W szkole, na początku edukacji matematycznej, małe dziecko rozpoczyna naukę liczenia na konkretach. Nie ma jeszcze wykształconego abstrakcyjnego pojęcia liczby. Nie może posługiwać się znakiem na papierze. Musi dotknąć, obejrzeć z każdej strony, wziąć do ręki,

itd. Dopiero później następuje wielki krok polegający na porzuceniu fizycznych interpretacji i skupieniu się jedynie na liczbach. Jednak jest to gigantyczna operacja dla małego umysłu. Dzieci w różnym tempie nabierają zdolności utożsamiania znaku na kartce z fizycznym zbiorem elementów. Duża grupa dzieci właśnie wtedy nabiera pierwszych uprzedzeń do nauki matematyki, a jedynym tego powodem jest fakt, że ich umysł potrzebuje jeszcze trochę czasu, aby przyswoić pewne pojęcia.

W naszej szkole pierwszym sposobem na oswojenie matematyki było wprowadzenie do zajęć Kart Grabowskiego jako innowacyjnej metody nauczania matematyki. Zakupiliśmy kilka kompletów kart, nauczyciele ukończyli certyfikowane szkolenie z ich praktycznego zastosowania na lekcjach i zajęciach pozalekcyjnych. Uczniowie chętnie uczą się poprzez gry nietypowymi kartami i to nie tylko w obrębie czterech działań (klasy starsze również ułamków), ale także gier logicznych. Gra w małych, losowanych grupach sprzyja

integracji, współzawodnictwu. Dziecko, bawiąc się kartami, uczy się logicznego myślenia, dodawania, odejmowania, tabliczki mnożenia i ułamków – w atmosferze pełnej radości i bez nudy. Każda talia z kolekcji Kart Grabowskiego umożliwia mnóstwo różnorodnych rozgrywek, które wspierają również rozwój pamięci i koncentracji.

Gry karciane przynoszą wspaniałe efekty u dzieci, które nie radzą sobie na lekcjach matematyki. Doznawanie niepowodzeń często niszczy samoocenę i motywację do nauki. Gry nie przypominają typowych zadań szkolnych i dzieci uczą się, zapominając o swoich obawach i uprzedzeniach. Mają także wiele okazji do kształtowania swej odporności emocjonalnej: uczą się znosić porażki, doświadczają, że nie zawsze wszystko musi się udać i czasami trzeba się z tym pogodzić, ale można jeszcze raz spróbować i odnieść sukces, rozwijają zdolność do skupienia się przez dłuższy czas.

Nasi uczniowie grają w losowych grupach. W każdej z nich wybierany

jest, oznaczony specjalną plakietką, asystent nauczyciela. Jego zadaniem jest czuwanie nad przebiegiem gry, przestrzeganie zasad oraz pomoc w razie potrzeby, nawet w obliczeniach.

Karty można stosować również podczas zajęć terapeutycznych. Przykładem może być nasza uczennica, dziewczynka z klasy IV, która twierdziła, że nie lubi matematyki z powodu trudności w liczeniu. Po pierwszej rozgrywce (są również gry dla par) była tak zaangażowana, że na kolejnych zajęciach sama zaproponowała podjęcie się obliczeń z wykorzystaniem kart. Podzieliła się informacją, że po powrocie do domu samodzielnie zrobiła karty i grała nimi z młodszą siostrą. W efekcie rodzice zakupili komplet kart i grali całą rodziną, osuwając córki z matematyką



Kolejnym sprawdzonym sposobem na rozwijanie umiejętności matematycznych w naszej szkole jest wprowadzona w bieżącym roku szkolnym innowacja pedagogiczna¹ *Z sorobanem matematyka jest prosta*. Głównym jej celem jest wspomaganie rozwoju umysłowego i rozwijanie aktywności w naturalnych oraz stworzonych specjalnych sytuacjach matematycznych, z wykorzystaniem japońskiego liczydła – sorobanu.

Liczenie na nim odbywa się za pomocą koralików, które dziecko może dotknąć. Można na nim wykonywać

wszystkie cztery podstawowe działania. A co najważniejsze, algorytmy tych działań są prawie identyczne z działaniami pisemnymi, jakich uczymy w szkole. Liczenie na sorobanie umożliwia płynne przejście od konkretnego do symbolu. Dziecko zawsze może sięgnąć po liczydło, gdy sobie nie radzi.

Nasi uczniowie codziennie korzystają z sorobanu, utrwalając i rozwijając umiejętności matematyczne. Program innowacji jest spójny z podstawą programową, z uwzględnieniem stopniowania trudności. Zadania są dostosowane do możliwości dzieci z uwzględnieniem ich strefy rozwoju.

Oto opinie nauczycieli wynikające z obserwacji aktywności uczniów podczas zajęć z sorobanem:

- uczniowie klasy I dosyć szybko opanowali ruchy palców na liczydłach. Dzięki ćwiczeniom z jego użyciem nabrali pewności siebie, ponieważ szybciej i dokładniej rozwiązują zadania. Dzieci bardzo lubią lekcje z sorobanem. Podczas liczenia w klasie panuje cisza, co potwierdza skupienie uczniów na obliczeniach. Znacznie poprawiła się ich zręczność manualna palców i dłoni;
- w klasach II uczniowie chętniej podejmują się wyzwania matematycznych, rozwija się koncentracja i myślenie logiczne. Dzieci chętnie liczą na sorobanie, traktując ćwiczenia jak dobrą zabawę, co daje im wiele radości i satysfakcji. Lepiej rozumieją system dziesiętny. Widząc efekty swojej pracy, motywują się do dalszej nauki, są ciekawi kolejnych kroków przy poznawaniu trudniejszych działań. Nie trzeba ich namawiać do liczenia, sami tego się domagają. Często słychać radosne komentarze „Kulki w ruch!”.
- Uczniowie słabsi wspomagają się dodatkowo wkładkami przyjaciół małych i dużych liczb (pary liczb dopełniających się do 5 i 10). Korzystają również z chętnie świadczonej pomocy koleżeńskiej w ramach współpracy;

■ uczniowie klasy III również chętnie wykonują obliczenia na sorobanie. Podczas pracy są skupieni i uważni. Dodatkowo ćwiczą koncentrację, cierpliwość, logiczne myślenie i doskonałą umiejętność rachunkową. Poprzez precyzyjne ruchy palców dłoni poprawiają sprawność manualną i wspomagają rozwój mózgu.

A co na to dzieci? Oto kilka cytatów ich wypowiedzi: *Przyjemnie się liczy, jest wygodne, najlepiej żeby było codziennie!; Liczenie na sorobanie jest super, jest fajne i przyjemne. Można wszystko obliczyć, dobrze się dodaje i odejmuje; Trzeba się przyzwyczaić do koralików i jest masaż palców, dużo uczymy się na palcach to fajne uczucie; Fajnie, że są zadania w książkach i że zaczynają się od łatwiejszych i możemy później przejść do trudniejszych; Pani pomaga nam zrozumieć o co chodzi, ale nie podaje odpowiedzi.*



Nie można zapominać o tym, że nauka ma być dla ucznia przyjemnością, a nie nudnym i monotonnym obowiązkiem, któremu nie może sprostać. Dlatego nauczyciele z naszej szkoły często stosują metody aktywizujące, w tym gry dydaktyczne, co przekłada się na motywację uczniów do wysiłku i zachęca do systematycznego uczenia się. Uwielbianą przez uczniów klas młodszych i starszych formą zajęć są stacje dydaktyczne, które nie tylko utrwalają zdobyte wiadomości i umiejętności, ale

¹ Innowacja została opracowana we współpracy z Karolem Sienkowskim, trenerem sorobanu, autorem wielu artykułów i książek poświęconych matematyce. To właśnie jedna z nich *Jak pokochałem liczby* zainspirowała nas nie tylko do opracowania i wprowadzenia innowacji, ale również zakupu liczydła i ćwiczeniówek dla wszystkich dzieci – od „0” do klasy III włącznie, a także ukończenia przez nauczycieli kursu sorobanu – japońskiego liczydła na poziomach Hop, Step i Jump (stanowiło to duże wyzwanie, ale warto było podjąć ten wysiłek).

mogą być podsumowaniem rozdziału i sprawdzeniem wiadomości. W zależności od zaplanowanych przez nauczycieli celów, karty do punktacji poprawności wykonania zadań mogą być przeznaczone indywidualnie dla uczniów, dla par lub grup. Jako szkoła z planem daltonskim, często pracujemy w ten sposób. Praca w losowanych parach i grupach to u nas codzienność. Każde zadanie stacji jest sprawdzane i korygowane przez

uczniów poprzez karty kontrolne. Metoda uczy samooceny, odpowiedzialności, współpracy.

Uczniowie chętnie też tworzą matematyczne gry planszowe. Ustalają i zapisują zasady, tworzą plansze, pionki i fabułę. Kiedy gry są gotowe i przetestowane na własnej grupie, następuje wymiana pomiędzy grupami. Taka nauka to prawdziwa przyjemność.



Czy nauka, a nawet matematyka może być ciekawa i motywująca? Według moich obserwacji – zdecydowanie tak. Kreatywne, podążające za dzieckiem grono pedagogiczne tworzy szkołę przyjazną i twórczą.



WARTO WIEDZIEĆ!

Sztuka myślenia od przedszkola

Matematyka to znacznie więcej niż tylko liczby i wzory; to przede wszystkim sztuka myślenia. Rozwijanie tej zdolności już od najmłodszych lat, w przedszkolu, jest kluczowe dla holistycznego rozwoju poznawczego dziecka. Okres od 3 do 6 lat to czas intensywnej plastyczności mózgu, sprzyjający kształtowaniu się fundamentalnych schematów poznawczych, które stanowią podstawę myślenia logicznego, analitycznego i kreatywnego.

W tym wczesnym okresie dzieci intuicyjnie rozwijają rozumienie takich pojęć, jak liczba, kształt, przestrzeń i relacje. Celem wczesnej edukacji matematycznej nie jest formalne nauczanie arytmetyki, lecz stworzenie środowiska, w którym dziecko może eksplorować i konstruować własne rozumienie świata.

Dzieci uczą się najlepiej przez działanie. Wykorzystywanie klocków, liczmanów, czy zabawek do sortowania i klasyfikowania pozwala na internalizację abstrakcyjnych pojęć poprzez zmysły. Dzięki temu matematyka staje się konkretna i zrozumiała. Włączanie elementów matematyki w codzienne rutyny – liczenie zabawek, rozpoznawanie kształtów przedmiotów, porównywanie wielkości porcji jedzenia – pokazuje, że matematyka jest integralną częścią życia. Dzieci uczą się stosować myślenie matematyczne w praktycznych sytuacjach.

Gry planszowe rozwijają myślenie strategiczne i zdolności liczenia. Swobodna zabawa, np. budowanie z klocków, wspiera intuicyjne rozumienie przestrzeni, proporcji i geometrii. W każdej z tych form dzieci rozwijają umiejętność rozwiązywania problemów i znajdowania innowacyjnych rozwiązań.

Interesującym i często niedocenianym aspektem wspierania myślenia matematycznego jest edukacja muzyczna. Muzyka, podobnie jak matematyka, opiera się na wzorcach, sekwencjach, proporcjach i strukturach. Angażowanie dzieci w aktywności muzyczne może wzmocnić ich zdolności poznawcze, które są wspólne dla obu dyscyplin. Liczenie taktów, uderzeń, czy nut podczas śpiewania lub grania na prostych instrumentach to naturalne ćwiczenie liczenia i rozumienia porządku i rytmu – kluczowych elementów matematyki. Melodie i harmonie są złożone z powtarzalnych wzorców i struktur. Rozpoznawanie, tworzenie i modyfikowanie tych wzorców w muzyce rozwija myślenie algebraiczne i umiejętność przewidywania. Rozumienie wysokości dźwięków (wyżej/niżej), dynamiki (głośniej/ciszej) oraz relacji między nutami rozwija percepcję przestrzenną i zdolność do myślenia o relacjach ilościowych.

Włączając muzykę w program przedszkolny, nie tylko wspieramy rozwój artystyczny, ale także kształtujemy myślenie matematyczne w sposób holistyczny i angażujący. Poprzez zabawę, eksplorację i doświadczenia sensoryczne, matematyka przestaje być zbiorem suchych reguł, a staje się fascynującą sztuką myślenia, która otwiera dzieciom drzwi do głębszego rozumienia świata.

Dorota Koziół-Żurawska (RODN „WOM” w Katowicach)



PRZYPOMINAMY!

Kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2025/2026:

1. Kształtowanie myślenia analitycznego poprzez interdyscyplinarne podejście do nauczania przedmiotów przyrodniczych i ścisłych oraz rozwijanie umiejętności matematycznych w kształceniu ogólnym. [...]