

TUS na co dzień w edukacji wczesnoszkolnej

1. Wprowadzenie

W szkołach Trening Umiejętności Społecznych realizowany jest głównie w ramach pomocy psychologiczno – pedagogicznej dla uczniów posiadających wskazania w orzeczeniach o potrzebie kształcenia specjalnego lub opiniach psychologiczno – pedagogicznych wydawanych przez rejonowe poradnie. Forma i charakter treningu różni się w każdej ze szkół, ale ogólne założenia pozostają niezmiennie.

W ogólnym rozumieniu trening umiejętności społecznych ukierunkowany jest na rozwijanie kompetencji komunikacyjnych oraz tworzenie relacji z innymi osobami. Ważnym aspektem jest również rozumienie siebie i swoich stanów emocjonalnych. Warto wskazać, że jeżeli chodzi o dzieci w wieku wczesnoszkolnym są one dopiero na początku swojej drogi budowania relacji zarówno z innymi jak i z samym sobą. Ćwiczenia wspierające uczniów w tej drodze pomogą im efektywniej działać w tym zakresie. Pozwolą uniknąć też wielu potencjalnych konfliktów. Dla każdego ucznia wspieranie kompetencji społecznych będzie inwestycją w jego rozwój. Elementy TUS można realizować nie tylko w ramach realizacji podstawy programowej w ramach edukacji społecznej, ale także podczas zadań grupowych w ramach innych zajęć edukacyjnych.

Główne umiejętności, które można ćwiczyć w każdej grupie i klasie szkolnej podczas jej regularnej pracy to:

- umiejętności prospołeczne, rozumiane jako nauka nawiązywania i podtrzymywania kontaktu z innymi, zarówno werbalnego jak i pozawerbalnego,
- nauka stawiania granic innym osobom i trzymanie się w ich w codziennym funkcjonowaniu, co wspiera przestrzeganie ustalonych wspólnie z uczniami zasad,
- wspieranie komunikacji z innymi osobami, zarówno jeżeli chodzi o rówieśników jak i dorosłych,
- doskonalenie współpracy zarówno w parze jak i różnorodnych zespołach zadaniowych,

- umiejętności radzenia sobie w sytuacjach emocjonalnie trudnych, np. odrzucenia, dokuczania, niedopuszczania do zabawy, konieczności proszenia innych o pomoc etc.
- rozpoznawanie, analizowanie i radzenie sobie z emocjami w sposób społecznie akceptowalny. Umiejętność ta jest szczególnie ważna jeżeli chodzi o emocje trudne takie jak: smutek, złość, frustracja, strach,
- poszanowanie dla różnorodności i inności innych osób,
- wzmocnienie pewności siebie, poczucia kompetencji,
- wyrabianie dobrych nawyków.

W niniejszej publikacji zaprezentowane są różnego typu rozwiązania, które mogą wesprzeć Państwa codzienną pracę z klasą.

Zachęcamy do skorzystania.

Zespół Fundacji Nowoczesnej Edukacji

2. Początek współpracy z klasą

a) Kontrakt grupowy

Każdy nauczyciel na początku współpracy z klasą ustala zasady obowiązujące na lekcjach. Istnieją różne metody ustalania ich z uczniami, a jedną z najpopularniejszych jest spisanie kontraktu grupowego, inaczej nazywanego też kodeksem lub zasadami. Przy ustalaniu go z uczniami warto pamiętać o kilku zasadach.

- **Stwórz kontrakt grupowy razem z klasą – nie narzucaj swoich zasad.**

Uczniowie dużo chętniej stosują się do zasad, na których tworzenie mają wpływ. Uczestnictwo w procesie tworzenia kontraktu integruje zespół w klasie, stwarza możliwość do swobodnej wypowiedzi oraz nauki określania granic przez uczniów. Powstaje też przestrzeń do dyskusji i konfrontacji między dziećmi. Oczywiście nauczyciel również może proponować swoje zasady i poddawać je do ogólnej dyskusji. Ważne jest, aby uczniowie czuli, że mają wpływ na powstający kontrakt, a nie jest on im odgórnie narzucony. Dzięki temu w toku nauki, będzie on im bliski i nauczycielowi będzie prościej się do niego odwoływać.

- **Wytłumacz uczniom czym jest kontrakt i jaki jest jego cel.**

Warto przybliżyć uczniom jaki jest cel spisywania kodeksów i kontraktów. Zajęcia można zacząć od prezentacji najbardziej znanych zbiorów zasad: takich jak kodeksy, ustawy i statuty. Zadaniem uczniów będzie określenie, po co właściwie stworzone zostały te zbiory – warto zorganizować to na zasadzie burzy mózgów. Należy jednak zastrzec, że każda wypowiedź ucznia ma być poparta argumentem. Od ogólnych kodeksów warto przejść do zasad klasowych i określić cel jego tworzenia, tak aby nie był on tylko kolejnym nieużywanym przez uczniów dokumentem.

- **Stosuj język pozytywny – używaj jego mocy do wspierania uczniów.**

Większość kodeksów i zasad kojarzy się uczniom ze zbiorem zakazów i tego co nie wolno im robić. Powoduje to też złe skojarzenia. Warto zwrócić uwagę, że możemy osiągnąć ten sam cel używając języka pozytywnego. Dużo lepiej brzmi przecież: „Zwracamy się do siebie uprzejmie” niż „Nie wyzywamy się”. Stosując się do tej

zasady wzmocniamy też w uczniach zachowania pozytywne, a nie wskazujemy błędy i potknięcia. Przy stosowaniu języka pozytywnego należy pamiętać, żeby każdy uczeń wiedział na czym polega każda z zasad. Na początku współpracy należy często przypominać zasady odwołując się do nich podczas zajęć wychowawczych, w trakcie rozwiązywania spraw spornych, a także podczas osiągnięcia przez uczniów sukcesów.

- **Kolejne lata współpracy**

Jeżeli współpracujemy kolejny rok z tym samym zespołem polecam poświęcić jedną lekcję na przeanalizowanie stworzonego wcześniej kontraktu. Możliwe, że będzie potrzebował modyfikacji lub napisania go na nowo, bo jest już niewystarczający. Analizując z uczniami kodeksy ćwiczymy z nimi myślenie problemowe, ale także zachęcamy ich do konstruktywnej krytyki. Część powstałych zapisów mogło się nie sprawdzić i potrzebują zmian. Poświęcając na to jedne zajęcia mogą Państwo poprawić jakość współpracy z wychowankami podczas całego roku nauki.

b) Metody motywowanie uczniów

Zachęcamy też do stworzenia w klasie systemu motywowania uczniów. Istnieje mnóstwo różnorodnych metod wśród których znajdą Państwo coś odpowiedniego dla siebie i swojej klasy. Stosowanie go wspiera szczególnie uczniów, którzy mają trudności ze stosowaniem się do zasad i którzy zwykle przyzwyczajeni są do stosowania wobec nich kar. Długotrwałe stosowanie kar zamiast wyciszać trudne zachowania bardzo często prowadzi do buntu uczniów, zdarza się że w konsekwencji ich stosowania pojawia się złość i agresja. System motywacji wzmacnia zachowania pozytywne. Ważne jest, żeby wypracować go w takiej formule, aby uczniowie dostrzegli to, że warto się starać i w nim uczestniczyć.

1. **Metoda żetonowa** – jest to technika, która ma za zadanie wzmocnić pozytywne zachowania. Ważne jest, żeby wspólnie z uczniami ustalić, jakie zachowania będą oceniane – zarówno jeżeli chodzi o aspekt edukacyjny jak i społeczny. Realnie podczas codziennego procesu jesteśmy w stanie ocenić 3-5 punktów tak, aby każdy uczeń otrzymał informację zwrotną. Należy również ustalić z uczniami na co mogą wymieć zbierane żetony. Można np. obok tablicy motywacyjnej powiesić listę aktywności wraz z ich opisem oraz „wartością żetonową”. Warto pamiętać, że

przyznawane nagrody nie muszą być materialne. Poniżej kilka inspiracji, które można zastosować jako nagrody w klasie szkolnej:

- Podczas informatyki 5 minut do wykorzystania na grę (oczywiście należy z uczniami ustalić wcześniej, jakie gry są dopuszczalne)
- Wybór zabawy / aktywności podczas lekcji wychowania fizycznego
- Brak pracy domowej.

2. **Menzurki personalne** – każdy uczeń ma podpisany swoim imieniem słoik / menzurkę / pojemnik, który na stałe jest w klasie. Na pojemniku warto również zaznaczyć dwie linie graniczne. Założeniem jest, że w trakcie zajęć realizujemy zadania za które można zdobyć ustaloną „nagrodę” (to może być klocek, kasztan, kolorowe kamyki, pompony - w zależności od tego czym dysponujemy) oraz włożyć go do swojego słoika. „Nagrodę” dostaje uczeń w przypadku, gdy uda się zadanie zrealizować. Wspólnie z uczniami należy ustalić jakie nagrody będą za przekroczenie linii granicznych zaznaczonych na słoiku. Każdą grupę motywuje co innego i warto tutaj spersonalizować wzmocnienia. Istotne, żeby chociaż jedna linia graniczna wiązała się ze sferą niematerialną, np. pisemna pochwała do rodziców.

Zarówno przy metodzie żetonowej jak i menzurkach personalnych należy pamiętać, że uczniowie zdobywają „nagrody” – Nam jako nauczycielom nie wolno ich zabierać, czy odczepiać za zachowania negatywne.

3. **Słoik klasowy** – jest to technika podobna do menzurki personalnych, gdyż uczniowie zdobywają „żetony / nagrody”. Jednak jest to sposób stosowany dla całej klasy i tutaj ocenie powinny być poddawane sytuacje wymagające współpracy i stosowanie się do kodeksu grupowego. W tej technice klasa zyskuje lub traci swoje żetony. Aby działania były efektywne należy dokładnie określić jakie zachowania powodują zdobycie żetonu, a jakie jego utratę. Można te zasady spisać, tak aby system oceniania był dla wszystkich stron jasny. Oczywiście za wypełnienie całego słoika należy się klasie nagroda – np. niech to będzie a wycieczka klasowa o tematyce wybranej przez uczniów lub np. dyskoteka klasowa.

3. Umiejętności społeczne i ich przykładowe metody realizacji

a) Rozpoznawanie i nazywanie emocji.

- **Praca z utworem „Cztery pory roku” Antonio Vivaldi.** Podczas zajęć z edukacji muzycznej uczniowie wysłuchują czterech fragmentów utworów powiązanych ze wszystkimi porami roku. Omawiamy każdą z nich pod kątem odczuwanych przez dzieci emocji oraz skojarzeń z konkretnymi sytuacjami. W tym czasie nauczyciel może podzielić tablicę na cztery części, podpisać każdą z nich inną porą roku i zapisywać tam uczucia, które pojawiły się podczas słuchania tekstów. W ten sposób powstanie swoista mapa uczuć – po wysłuchiwaniu fragmentów nauczyciel może zapytać się uczniów kiedy i w jakich momentach odczuwają podobne uczucia.
- **Klasyfikacja obrazów i dzieł sztuki – określanie emocji.** Każdy z uczniów dostaje reprodukcje czterech obrazów znanych twórców (mogą one również zostać wyświetlone na tablicy edukacyjnej). Zadaniem uczniów będzie opisać co najmniej dwa uczucia, które poczuł oglądając dany obraz. Starsi uczniowie (w drugich i trzecich klasach) warto, aby spróbowali zapisać dlaczego odczuli taką emocję. W klasie pierwszej warto, aby chociaż część uczniów podała argumenty słownie.
- **Zabawa w teatr.** Nauczyciel przygotowuje krótkie fragmenty tekstów literackich, w których występuje dialog między bohaterami. Uczniowie podzieleni w pary lub zespoły analizują jakie postaci występują w scenie, jakie odczuwały emocje i co chciały przekazać. Następnie dzielą się rolami i swoimi słowami próbują odegrać scenkę tak, aby oddać wszystkie emocje oraz ważne informacje. Ważne, żeby nauczyciel podsumował scenkę z każdą grupą. Czasem uczniowie muszą doprecyzować dlaczego zastosowali określone zachowania, słowa.
- **Podsumowywanie wycieczek, wyjść i imprez szkolnych.** W trakcie roku szkolnego jest wiele wydarzeń, które wzbudzają w uczniach wiele emocji. Warto następnego dnia lub od razu po wydarzeniach je z nimi podsumować. Dobrą praktyką jest, aby każdy uczeń miał szansę się

wypowiedzieć. Pomocna może być tu technika kończenia zdań. Nauczyciel przygotowuje początek zdania, które uczniowie mają dokończyć, np. :

Po wycieczce czuję się ...

Podczas przedstawienia odczuwałem ...

Tego dnia najważniejsze dla mnie było ...

Najmniej podobało mi się ...

Ważne, żeby zdania wymagały określenia przez ucznia własnego punktu widzenia. Niezbędna jest też tolerancyjność dotycząca wypowiedzi. Dzieci powinny czuć, że mogą na forum klasy przy nauczycielu powiedzieć, że dana aktywność wywołała u niego poczucie znużenia czy smutek.

b) **Współpraca**

Współpraca jest umiejętnością społeczną, którą bardzo często nauczyciele realizują w swoich klasach na co dzień. Warto jednak zwrócić uwagę na powtarzalność tego typu ćwiczeń lub zadań oraz ich różnorodność. Uczniowie podczas swojej edukacji powinni mieć jak najwięcej odmiennych interakcji społecznych. Warto planując roczną współpracę z klasą omówić z nimi zasady współpracy na lekcjach oraz zdecydować o jej formach i je zaprezentować.

- **Projekty edukacyjne** – warto zrealizować chociaż jeden klasowy projekt w trakcie semestru. Działanie takie integruje zespół klasowy i pokazuje im, że wspólne działania przynoszą rezultaty. W tym momencie istnieje wiele bezpłatnych projektów, do których można dołączyć, np. poprzez Uniwersytet Dzieci, Edukacja WWF. Istnieją też programy gminne realizowane przez najbliższe jednostki. Oczywiście można zdecydować się także na realizację programu autorskiego, który nauczyciele stworzą wspólnie z uczniami.
- **Praca w małych zespołach (4-5 osobowych)** – jedną z form współpracy między uczniami jest praca grupowa. Często jako nauczyciele unikamy jej, ponieważ powoduje zamieszanie w klasie i ożywioną dyskusję. Dla rozwoju umiejętności społecznych optymalne byłoby realizowanie minimum jednego zadania tygodniowo podczas pracy w małych zespołach.

Przykładowo stosując tę formę pracy można zrealizować następujące tematy: analiza utworu literackiego i stworzenie na jej temat notatki, ułożenie zadań z treścią dla innego zespołu (realizując aktualnie omawiany temat), tworzenie wspólnego opowiadania, realizacja makiety.

- **Praca w parze** – podczas planowania dnia, dobrą praktyką jest wyznaczenie chociaż jednego zadania, które uczniowie mogliby zrealizować w parze – czy to wylosowanej, czy też z kolegą/koleżanką z ławki.

c) **Proszenie o pomoc**

Proszenie o pomoc jest niebywale trudną umiejętnością dla uczniów, ponieważ wiąże się z oceną ze strony innych osób. Dzieci wiedzą, że zgłaszając problem przyznają się, że czegoś nie potrafią albo nie rozumieją. Dla niektórych jest to bardzo trudny krok, czasami w klasie szkolnej zdarza się po raz pierwszy. Zadaniem nauczyciela jest pokazanie uczniom, że proszenie o pomoc jest zachowaniem prawidłowym – gdyż tylko dzięki temu możemy coś poprawić i polepszyć. Warto podkreślać, że nauka w szkole jest etapem podczas którego mamy prawo popełniać błędy, mylić się. Nauczyciel ma pomóc uczniowi w byciu co raz lepszym. Oczywiście o pomoc uczeń może poprosić także kolegę, czy koleżankę z klasy, o ile dobrze opanowali omawiany temat.

Dlatego w perspektywie nauczyciela, przy tak zróżnicowanym poziomie umiejętności szkolnych uczniów, warto korzystać z dodatkowych metod wsparcia uczniów z trudnościami. Dobre efekty przynosi (we współpracy z nauczycielem świetlicy) wprowadzenie czasu przeznaczanego na odrabianie prac domowych oraz uzupełnianie zaległości. Warto zastosować tutaj zasadę wspierania wzajemnego uczniów – w czasie „odrabianek” każdy może poprosić innego ucznia o pomoc. Chętni nauczyciele mogą również zainteresować metodą Tutoringu rówieśniczego.

d) **Mocne strony**

W edukacji wczesnoszkolnej niezwykle istotne jest wzmocnianie pewności siebie i poczucia własnej wartości uczniów. W tym okresie często porównują się z innymi, co jest powodem frustracji i złości u wielu z nich. Nauczyciele wzmocnią pewność siebie uczniów pomagając im odkrywać swoje mocne strony, umiejętności i to, co odróżnia ich od innych. Przy okazji jest to też bardzo dobra okazja do ćwiczenia wystąpień na forum klasy oraz rozszerzania słownictwa u dzieci. Poniżej kilka pomocnych metod.

- **Prezentacje na forum klasy**

Prezentacje na forum klasy można realizować w ramach wielu celów edukacyjnych. W przypadku starszych klas (2 i 3) mogłaby to być to praca w programie Power Point, w ramach edukacji polonistycznej podczas porównywania się do wskazanego bohatera, czy edukacji plastycznej opisując swoje dzieło. Należy jednak zaznaczyć dobitnie, że zadaniem ucznia jest pokazanie tego, co w jego pracy mu się udało i wskazania swoich mocnych stron i zainteresowań. Poniżej przykładowe tematy:

- „Oto ja!” – prezentacja w programie Power Point, gdzie na poszczególnych slajdach mają znajdować się wskazane przez nauczyciela informacje. Tutaj uczniowie mogą wkleić zdjęcie, podpisać się, zapisać swoją datę urodzenia, trzy rzeczy, z których są najbardziej dumni, największe zainteresowanie, jaka jest ich ulubiona książka i dlaczego etc.

- „Co łączy mnie z” – porównywanie siebie do wskazanego przez nauczyciela bohatera literackiego z uwzględnieniem cech pozytywnych.

- „W mojej pracy najbardziej podoba mi się ...” – podsumowując zajęcia plastyczne, każdy z uczniów ma za zadanie dokończyć powyższe zdanie.

- **Dzień umiejętności**

Przed rozpoczęciem wykonywania zadania należy przygotować do niego klasę poprzez zapoznanie jej ze znaczeniem słów **umiejętności** oraz **mocne strony**.

Można spróbować stworzyć wspólnie definicję tych słów do zapisania w zeszycie. Następnie w klasie umawiamy się na dzień prezentacji swoich mocnych stron, posiadanych umiejętności. Ważne, żeby każda osoba coś przygotowała. Rolą nauczyciela jest wsparcie osób, które mają z tym trudność – uczeń może przygotować dowolną rzecz, np. upiec ciasto z rodzicami i opisać jak to zrobił, zaprezentować zbudowaną przez siebie konstrukcję z klocków.

- **Wywiad z ...**

W ramach edukacji społecznej i polonistycznej można zrealizować wspólnie z uczniami wywiady z kolegami z klasy. Umawiamy się, że np. raz w tygodniu losujemy osobę, która będzie bohaterem naszego wywiadu. Robimy to z minimum jednodniowym wyprzedzeniem. Zadaniem każdego ucznia będzie sformułowanie trzech pytań do tej osoby – tak, aby dowiedzieć się o niej czegoś nowego. Na lekcji będzie można zadać jedno z przygotowanych wcześniej pytań. Osoba, z którą uczniowie będą przeprowadzać wywiad stara się odpowiadać na pytania zgodnie z prawdą.

Przygotowując się do takiego cyklu z uczniami należy przygotować ich na to jak powinny być skonstruowane pytania oraz podkreślić, że każdy z nich ma prawo do odmowy udzielenia odpowiedzi. Tylko musi to wszystkim zakomunikować. Ćwiczenie to jest wartościowe w środowisku, które zna się już od jakiegoś czasu i jest po okresie adaptacji.

e) **Przegrywanie**

Już w szkołach podstawowych wśród uczniów pojawia się zjawisko rywalizacji między sobą – czy to podczas zajęć sportowych, czy edukacyjnych. Nauczyciel powinien brać również pod uwagę, że część uczniów nie ćwiczyła umiejętności radzenia sobie z przegraną w warunkach domowych. Kluczem do sukcesu wychowawcy będzie zrozumienie przez uczniów, że to nie efekt jest najważniejszym elementem koleżeńskiej rywalizacji, ale że najistotniejsza jest droga, którą pokonujemy. Od nich zależy, czy będą się z niej cieszyć, czy będzie wywoływało to u nich stres i strach przed porażką. Niewątpliwie w opanowaniu

umiejętności przegrywania kluczowe jest poznanie swoich mocnych oraz słabszych stron. Pozwoli to uczniom na samodzielną i rzetelną ocenę własnych wyników. Należy uzmysłwić dzieciom, że nie w każdej dyscyplinie możemy odnosić sukcesy, że każdy z Nas ma sferę, w której brak mu umiejętności, wiedzy czy doświadczeń.

Uczniowie wyposażeni w tę wiedzę będą łatwiej podejmować próby rywalizacji i starać się radzić sobie z porażkami. Jako nauczyciele powinniśmy pamiętać, że uczniowie mają prawo do odczuwania różnego typu emocji związanych z przegraną. Naszą rolą jest pomoc uczniom w ich identyfikacji i wsparcie w znalezieniu odpowiedniej strategii do poradzenia sobie z tymi emocjami. Możliwości jest wiele – ważne żeby przy ich wyborze uczniowie kierowali się tym, czy ich metoda będzie akceptowana przez innych.

Zachęcamy do stwarzania sytuacji, w których uczniowie będą mieli okazję się sprawdzić. Należy przy tym pamiętać, że w przypadku wystąpienia sytuacji problemowej należy ją z klasą dokładnie omówić – inaczej nasze działanie nie przyniesie rezultatów.

Oto kilka przykładowych sytuacji, w których uczniowie będą mogli przetestować strategię radzenia sobie z przegraną:

- organizacja klasowych konkursów, gdzie za każdym razem brany będzie pod uwagę inny aspekt, np. czas, jakość rozwiązania, estetyka pracy, ilość wykonanych obliczeń etc.
- zachęcanie do podejmowania prób uczestnictwa w konkursach szkolnych, gminnych oraz ogólnopolskich.
- organizacja zabaw z elementami rywalizacji podczas zajęć z wychowania fizycznego. Tutaj należy pamiętać o częstych zmianach drużyn oraz o ich losowym wybieraniu.

4. Rozwiązywanie drobnych konfliktów rówieśniczych – proponowana metoda postępowania w klasie szkolnej

W każdej klasie, na co dzień dochodzi do wielu drobnych konfliktów. Część z uczniów nie potrafi samodzielnie rozwiązywać nawet tych najdrobniejszych. Inni natomiast nie proszą o pomoc nawet w sytuacjach wymagających interwencji

dorośle. Niebawem istotne jest więc ustalenie z uczniami, jak powinno się rozwiązywać konflikty między sobą oraz kiedy jest dobry moment, aby wsparł Nas w tych staraniach nauczyciel. Postawienie ram oraz ich konsekwentna realizacja stworzy uczniom poczucie bezpieczeństwa oraz powoduje przekonanie o „byciu wysłuchanym”. Zdecydowanie za często uczniowie na pytania: „I co zrobiła Pani ...?” odpowiadają: „Nic, bo była zajęta”, „Nic nie mogłem/mogłam powiedzieć”. Oczywiście proponowane rozwiązanie można modyfikować – tak, aby było optymalne dla Nas nauczycieli oraz naszych wychowanków.

- a) Nauczycielowi zostaje zgłoszony problem przez uczestnika konfliktu lub osobę postronną/obserwatora.
- b) Nauczyciel zaprasza strony, uczestników konfliktu, bez udziału świadków. Każdy z uczestników powinien mieć możliwość swobodnej wypowiedzi. My powinniśmy zadbać, aby inni nie przeszkadzali i nie przerywali osobie mówiącej. (Na początku jest to dla dzieci trudne, z czasem uczą się, że będą miały okazję przedstawić swój punkt widzenia i że każdy ma prawo do wypowiedzi.)
- c) Nauczyciel podsumowuje to, co usłyszał – podkreśla wspólne aspekty oraz to w czym przedstawione historie się rozmiągają. O ile jest to istotne – wyjaśnia te rozbieżności analizując sytuację krok po kroku.
- d) Nauczyciel pyta uczniów – co zrobili dobrze w trakcie tej sytuacji, a gdzie im nie wyszło, co mogli zrobić lepiej / inaczej. Po wypowiedziach stron dopytuje, jaka jest możliwość rozwiązania tej sytuacji – czeka na wypowiedzi uczniów.
- e) Nauczyciel pyta, czy uczniowie mając tę informację chcą rozwiązać konflikt samodzielnie między sobą, czy potrzebują dalszego uczestnictwa nauczyciela.

Przy stosowaniu tej metody ważne jest, żeby z góry nie oceniać uczestników zdarzenia i traktować strony równorzędnie, nawet w sytuacji gdzie jedna ze stron jest widocznie poszkodowana (została uderzona, popchnięta, płacze).

Czasami – szczególnie początkowo - uczniowie będą potrzebowali wsparcia nauczyciela, który przeprowadzi ich przez wszystkie aspekty oraz doprowadzi sprawę do pogodzenia stron i przeprosin. Zdarza się również, że żadna ze stron nie chce się początkowo wypowiadać i potrzebna jest pomoc świadków. Zazwyczaj usłyszenie wersji wydarzeń osoby postronnej skłania uczniów do samodzielnych wypowiedzi.

Początkowo może wydawać się to skomplikowane – ale uczniowie przyzwyczajeni do rutyny tego postępowania samodzielnie przechodzą przez te etapy. Bardzo często zdarza się, że potrzebują wyłącznie Naszego wsparcia i poczucia, że ich potrzeby zostały wysłuchane i nie są bagatelizowane.

W wypadku sytuacji, w których jako nauczyciele jesteśmy zobligowani powiadomić rodziców uczestników zdarzenia polecamy poinformować o tym dzieci : uprzedzamy uczniów, że poinformujemy rodziców o tej sprawie i o tym w jaki sposób została ona wyjaśniona.

5. Zabawy integracyjne wzmacniające kompetencje TUS, które można realizować w ramach wychowania fizycznego lub podczas przerw.

Zabawa ruchowa: „Wąż”

Uczestnicy stają w rzędzie, jedna osoba za drugą i chwytają się za ramiona w ten sposób tworząc węża. Do ostatniej osoby – do jej pleców za pomocą taśmy dwustronnej przyczepiamy pasek materiału/ tkaniny / krepiny. Dzieci podczas zabawy mają nie puszczać dłoni z ramion osoby stojącej przed sobą. Głowa węża (czyli pierwsza osoba) ma za zadanie oderwać w pleców osoby ostatniej przyczepiony pasek materiału. Ogon węża (ostatnia osoba) ma na to nie pozwolić.

Zabawa: „Szczelny Krąg”

Spośród uczestników wybieramy jedną osobę. Reszta tworzy szczelny krąg. Zadaniem wybranego uczestnika jest wejść do kręgu, mimo, że reszta grupy ma to mu jak najdłużej uniemożliwić. Najlepiej by każdy z uczestników miał szansę spróbować dostać się do kręgu. Można także zorganizować zabawę w drugą stronę – tzn. że zadaniem osoby jest wydostanie się z kręgu.

Zabawa: „Zasłona”

Uczestników dzielimy na dwie drużyny, jedni siadają po naszej lewej stronie, drudzy po prawej. Prowadzący wraz z drugą osobą trzymają między grupami zasłonę lub koc. Kiedy drużyny siebie nie widzą wybierają jedną, która ma usiąść tuż przed zasłoną. Na wydany przez prowadzącego sygnał kurtyna opada, a zadaniem zawodników jest jak najszybsze

podanie imienia rywala – kto zrobi to pierwszy wygrywa. Przegrany przechodzi do zwycięskiej drużyny.

Zabawa: „Zwierzęta”

Uczestnicy stoją w kole, a jedna wybrana przez prowadzącego osoba znajduje się wewnątrz. Jej zadaniem będzie wskazanie jednej osoby w kręgu i wypowiedzenie nazwy zwierzęcia spośród: kaczka / ryba / żyrafa / słoń. Wygląd zwierząt prezentują 3 osoby – wskazana środkowa oraz jej sąsiedzi po lewej i prawej stronie.

Żyrafa - osoba wskazana musi podnieść ręce do góry, a jej sąsiedzi przykucnąć.

Słoń – wskazana osoba tworzy trąbę, a jej sąsiedzi uszy.

Ryba – osoba w środku udaje ruchem ust rybę, a jej sąsiedzi płetwy (tylko zew. ręką).

Kaczka – osoba wskazana klaszcze wyprostowanymi rękoma udając dziób, jej sąsiedzi zewnętrznymi rękoma robię kaczce skrzydła.

Zabawa: „Molekuły”

Uczestnicy są molekułami. Poruszają się po wyznaczonym terenie jak chcą. Prowadzący, co jakiś czas, wydaje komendy np. poruszacie się jak żółwie, albo pędzicie jak gepardy. Uczestnicy muszą dostosować swoje tempo ruchu bądź styl poruszania się do wskazówek. Można zmodyfikować zabawę o łączenie molekuł – zadaniem uczniów wtedy jest połączenie się w określone grupy, np. po dwie osoby, po 5, po 8, dwie dziewczynki i jeden chłopiec etc.

Zabawa: „Wyścigi numerów”

Uczniów dzielimy na dwa zespoły, które stają w rzędach równoległych do siebie. Każda osoba ma przypisany numer. Prowadzący wymienia cyfrę, a wtedy osoby o tym numerze muszą obieć swoją grupę i wrócić na miejsce. Ta osoba, która będzie pierwsza zdobywa punkt dla swojej drużyny. Można utrudnić zabawę dodając do niej utrudnienia np. skakanie na jednej nodze, obunóż zamiast biegu.

Zabawa: „Dyrygent”

Jedna osoba wychodzi z pomieszczenia, reszta osób siedzi lub stoi w kręgu. Osoby, które zostają w sali wybierają spośród siebie dyrygenta. Zadaniem wszystkich jest powtarzanie

jego ruchów jak najdokładniej potrafią, nie zdradzając przy tym kim jest dana osoba. Kiedy uczniowie zaczną pokazywać ochotnik, który wchodzi do środka. Musi się zorientować kto jest dyrygentem i wskazać tą osobę – ma na to 3 próby. Dyrygent natomiast musi dość często zmieniać wykonywaną czynność.

Zabawa: „Klucze”

Wybieramy jedną osobę spośród obecnych. Siada ona w środku kręgu z zawiązanymi oczyma. Ważne by przy tej zabawie panowała bezwzględna cisza. Wokół tej osoby umieszczamy 5 par kluczy. Reszta uczniów odsuwa się na o trzy duże kroki do tyłu tworząc krąg dookoła. Zadaniem ich jest bezszelestnie podkraść się i zabrać kluczy. Osoba siedząca w środku ma za zadanie zidentyfikować próby „kradzieży”, jeżeli kogoś usłyszy musi pokazać w tę stronę palcem i powiedzieć: STOP. Wtedy podchodzący ma obowiązek się wycofać. W jednym momencie podchodzi tylko jedna osoba. Gra toczy się, aż wszystkie pary kluczy zostaną zabrane.

Zabawa: „Po mojej prawej stronie”

Wszyscy uczestnicy siedzą w kręgu tak, aby obok jednej osoby było wolne miejsce po prawej stronie. Wtedy wypowiada ona formułę: „Po mojej prawej stronie jest wolne miejsce i zapraszam na nie (tutaj wymienia imię ucznia lub nauczyciela z klasy) pod postacią (tutaj wybór dowolny, można z klasą ustalić np. kategorię zwierzęta”. Wskazana osoba musi dojść do wskazanego miejsca wcielając się w rolę wyznaczoną przez kolegę/koleżankę.

Zabawa: „Jakich lubisz sąsiadów?”

Klasa siedzi lub stoi w kręgu. W środku znajduje się jedna osoba, która pyta się wybranej przez siebie osoby: „Jakich lubisz sąsiadów?”. Wskazana osoba musi odpowiedzieć: „Lubię sąsiadów, którzy...” np. mają niebieskie oczy. Wtedy wszyscy niebieskoocy muszą zmienić swoje miejsce, a zadaniem osoby ze środka jest zabranie komuś miejsca, żeby na środku została inna osoba. Gra toczy się dalej – uczniowie mogą mówić o cechach wyglądu, charakteru, ulubionych lub nielubianych przedmiotach / zabawach etc.

6. Podsumowanie

Mamy nadzieję, że wskazówki tutaj zawarte okażą się w Państwa pracy przydatne i pomogą w realizacji celów i zamierzeń.

Jako nauczyciele pamiętajmy, że szkoła jest dla uczniów nie tylko miejscem zdobywania wiedzy i umiejętności, ale również przestrzenią do rozwoju społecznego. To tutaj dzieci uczą się ze sobą współpracować, wyrażać siebie, pokonywać trudności i lęki. Zadbajmy o to, aby w tej drodze nie pozostawały same – bądźmy dla nich wsparciem i wspomóżmy ich w rozwoju tych kluczowych kompetencji. Nauka z zakresu umiejętności społecznych posłuży Naszym uczniom przez całe życie. Pomóżmy uczniom stosować te umiejętności w codziennym życiu szkolnym.