

Z wykorzystaniem
wkładki do lapbooka
nr 8 - Wyzwania samorozwojowe

Autorki:

dr Emilia Aksamit
mgr Marta Giziewska



Cel główny



Realizacja marzeń uczniów w oparciu o zdefiniowany podział działań będących wyzwaniem samorozwojowymi.

Cele szczegółowe



W trakcie zajęć uczniowie i uczennice mają możliwość doskonalenia oraz rozwijania:

- ✓ sprawczości,
- ✓ motywacji wewnętrznej,
- ✓ kreatywności,
- ✓ umiejętności planowania i decyzyjności,
- ✓ samorealizacji,
- ✓ poczucia skuteczności własnego działania,
- ✓ umiejętności odróżniania informacji prawdziwych i ważnych od fałszywych i nieistotnych.

Czas pracy: 45 minut



Forma pracy: grupowa i indywidualna



Metody pracy



Metody czynne:

- metoda samodzielnych doświadczeń,
- metoda kierowania własną działalnością dziecka,
- metoda zadań stawianych dziecku,
- metoda ćwiczeń.

Metody oglądowe (oparte na obserwacji):

- obserwacja,
- pokaz,
- przykład osobisty nauczyciela.

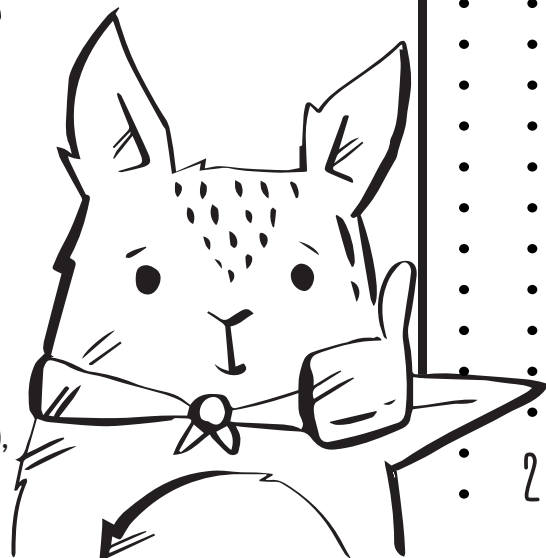
Metody słowne (oparte na słowie):

- rozmowy,
- objaśnienia,
- instrukcje.

Materiały:



- ✓ tablica i pisaki do tablicy,
- ✓ kredki,
- ✓ pisaki,
- ✓ kolorowe długopisy,
- ✓ lapbook dla każdego ucznia i uczennicy (w tym: wkładka do lapbookanr 8 Wyzwania samorozwojowe),
- ✓ kącik inspiracji załączony do lapbooka.



Przebieg zajęć:

Przywitanie uczestników i uczestniczek



Czas na wykonanie zadania: 10 minut

Zaproś uczennice i uczniów do zabawy w powitalne wyzwanie. Wszyscy ustawiają się w kole, wybierz chętną osobę, która będzie chciała jako pierwsza podjąć wyzwanie, następnie kierujemy się zasadą wskazówek zegara. Wyzwaniem jest zaprezentowanie sposobu przywitania się z klasą tak, aby nie powtórzyć tego, co wymyśliły już osoby prezentujące wcześniej. Grupa wita się z osobą prezentującą dany sposób, robiąc to samo.

Instrukcja dla uczestników i uczestniczek:

Spróbuj wymyślić coś oryginalnego, nietypowego, a nawet szalonego. Zaskocz koleżanki i kolegów swoim przywitaniem. **Bądź odważny/odważna!**



Ćwiczenie 1

Wyzwanie – co to właściwie jest?



Czas na wykonanie zadania: 10 minut

Zachęć uczniów i uczennice do podjęcia dyskusji na temat tego:

- ☒ Czym jest wyzwanie?
- ☒ Jakie przykłady wyzwań znają?
- ☒ Czy podjęli kiedyś jakieś wyzwanie? Jeżeli tak, jakie?
- ☒ Jakie wyzwania dajemy/ stawiamy sobie sami?
- ☒ Co dają nam wyzwania, które stawiamy sobie sami – szukanie mocnych i słabych stron. Wykorzystanie tabeli narysowanej na tablicy z podziałem na (+) i (-) wyzwań. Wspólne uzupełnienie z uczniami.

+	-

Instrukcja dla uczestników i uczestniczek:

Zastanów się:

Czym jest wyzwanie, co dla Ciebie oznacza to słowo?

Czy potrafisz podać przykłady? Jakież?

A może sam/a kiedyś podjąłeś/podjęłaś się jakiegoś wyzwania? Co to było?

Jak się czułeś/aś?

Jakie pozytywne i negatywne czynniki kojarzą Ci się z realizacją wyzwań?

Jakie wyzwania stawiamy sobie sami? Czy chętnie je realizujemy?

Jakie korzyści płyną z wyzwań, które podejmujemy świadomie w celu własnego rozwoju?

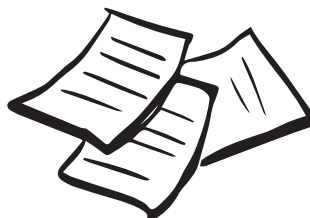
Pomysł! Dobra rada!

Warto w tym miejscu zwrócić uwagę uczniów/uczennic na fakt, że wyzwanie nie musi kojarzyć się wyłącznie z wyzwaniami promowanymi w Internecie oraz na różnorodnych portalach społecznościowych. Można podkreślić to, że wyzwanie bardzo często aktualnie zostaje zastąpione określeniem challenge, który niekoniecznie musi kojarzyć się pozytywnie. Jednakże cennym przykładem będzie wykorzystanie i zaprezentowanie materiałów przedstawiających pozytywny wymiar podejmowanych wyzwań, np. z TikToka angażujących grupy koleżeńskie czy rodzinę.

Prowadząc dyskusję z uczennicami i uczniami, powinniśmy bazować na poczuciu sprawczości uczestników/uczestniczek oraz wzbudzić w nich motywację wewnętrzną. Przypomnijmy im, że realizacja podejmowanych wyzwań możliwa jest gdy znamy siebie, własne zasoby oraz w sposób świadomy i przemyślany kierujemy własnym działaniem. Uczniowie i uczennice codziennie mierzą się z wyzwaniami. Można zachęcić ich do podania przykładów codziennych wyzwań.

Ćwiczenie 2

Moja lista wyzwań



Czas na wykonanie zadania: 20 minut

Uczniowie i uczennice zastanawiają się nad sposobami realizacji swojego marzenia w taki sposób, aby każdy kolejny krok na drodze do jego spełnienia stanowił wyzwanie. Uczniowie zapisują swoje pomysły na karcie, wkładce do lapbooka nr 8 Wyzwania samorozwojowe.

Wkładka do lapbooka

Wkładka nr 8 – Wyzwanie samorozwojowe

Instrukcja dla uczestników i uczestniczek:

Masz przed sobą wkładkę służącą do zaplanowania Twoich wyzwań samorozwojowych, która przypomina wspinanie się po drabinie. Wiadomo, że wejście po drabinie jest możliwe wtedy, gdy ma ona wszystkie szczeble. Postaraj się zaplanować własną drogę na szczyt poprzez rozplanowanie swojej drogi do realizacji wybranego marzenia na mniejsze wyzwania. Przypomnij sobie założenia Metody Małych Kroków, którą poznałeś/poznałaś na ostatnim spotkaniu. Zastanów się, jakie wyzwania możesz sobie wyznaczyć, aby osiągnąć swój cel. Zapisz je na liście od dołu ku górze. Pamiętaj o zasadzie małych kroków. W realizacji wyzwań pomoże Ci Nasz bohater, który razem z Tobą będzie wspinał się na przygotowaną przez Ciebie drabinę. Wytnij stworka oraz rozetnij szczeble drabiny (we wskazanych miejscach) zaznaczaj zrealizowane wyzwania i umieszczaj stworka na danym szczebelku.

Zakończenie zajęć



Czas na wykonanie zadania: 5 minut

Na zakończenie zajęć daj uczniom i uczennicom wyzwanie do wykonania w najbliższych dniach, np. zróbcie swojemu koledze kanapkę do szkoły, powiedzcie pięciu osobom komplement jeszcze dzisiejszego dnia, przygotujcie salę na następne zajęcia itp.

Pomysł! Dobra rada!



Wyzwanie na zakończenie zajęć może wypłynąć z obserwacji dokonanych w trakcie trwania zajęć oraz stanowić odpowiedź na pojawiające się potrzeby grupy.

Rekomendujemy aby po zajęciach zebrać lapbooki uczniów i uczennic. Możesz przechować je, do następnego spotkania, w pudełku supermocy.

Dzięki za Twoje zaangażowanie!

Sprawczość ucznia

Poczucie sprawczości jest kluczowym elementem życia każdego człowieka. Stanowi umiejętność stawiania czoła napotykanym wyzwaniom w każdej ze sfer funkcjonowania: rówieśniczej, rodzinnej, społecznej, zawodowej itd. Przyczynia się do oceny napotykanym wyzwań jako trudne bądź łatwe do realizacji. Wspieranie poczucia skuteczności jest szczególnie ważnym aspektem w rozwoju dzieci i młodzieży, o którym pamiętać powinien każdy nauczyciel. Przekłada się na wybory podejmowane przez uczniów oraz pewność siebie, co do skuteczności zakończenia podjętego wyzwania z sukcesem. Ważne jest to, aby wyzwania stawiane uczniom odpowiadały ich możliwościom psychofizycznym, ponieważ buduje to ich motywację wewnętrzną i poczucie sukcesu. Uczniowie z poczuciem sprawczości i skuteczności biorą odpowiedzialność za proces uczenia się. Dzieci mające poczucie sprawczości, czują, że mają większą kontrolę nad sobą oraz dostrzegają i rozumieją własny wpływ na ludzi i otaczający ich świat.

Sprawczy uczniowie:

- wpływają i kierują własną nauką,
- dokonują wyborów,
- wyrażają opinie,
- zadają pytania i rozważają/dociekają,
- zastanawiają się nad sobą, innymi ludźmi, przyrodą, która je otacza,
- pokazują, że rozumieją,
- dążą do odniesienia sukcesu,
- wierzą w swoje możliwości i w siebie,
- są aktywnymi członkami społeczności uczącej się.

Poczucie sprawstwa buduje pozytywny wizerunek własnej osoby i wyznacza samoocenę każdego ucznia i uczennicy. Ponadto decyduje o wytrwałości w działaniu oraz o odporności na stres. Uczniowie z wysokim poczuciem własnej skuteczności postrzegają problemy jako zadania, które należy wykonać, rozwijają głębsze zainteresowania działaniami, angażują się w to, co je interesuje i w to, co robią. Szybko podnoszą się po niepowodzeniach i rozczarowaniach, potrafią z nich korzystać. Ktoś kto ma wysoki poziom skuteczności chce jak najszybciej zacząć działać, koncentruje się na przyszłym sukcesie związanym z podejmowanym działaniem, postępuje zgodnie z zaleceniami specjalistów.

Szkoła przyjazna sprawczości daje możliwość uczniom w rozwijaniu: refleksyjnego, krytycznego i kreatywnego myślenia, postawy wytrwałości, niezależności i pewności siebie. Taka szkoła bierze pod uwagę to, jak uczniowie się uczą oraz jakie są ich możliwości.

Nauczyciel wspierający poczucie sprawstwa u ucznia diagnozuje jego możliwości poprzez aktywne słuchanie, szanowanie jego zdania i reagowanie na jego pomysły. Wzmacnianiu poczucia sprawstwa u ucznia służy relacja z nauczycielem oparta na dialogu, wzajemnym szacunku i współpracy, udzielaniu informacji zwrotnej uczniowi oraz twórcza atmosfera w klasie.

Bibliografia

Tematyka sprawczości została opisana na przykład w następujących źródłach:

- Łodygowska, W. (2017). Rozwój poczucia skuteczności u dzieci i młodzieży: czynniki ryzyka i zasoby. W: E. Łodygowska, E. Pieńkowska (red.), *Psychologia wieku rozwojowego. Norma – nietypowość – patologia* (s. 31 – 53). Szczecin: volumina.pl Daniel Krzanowski.
- Myszk-Strychalska, L. (2020). Znaczenie poczucia sprawstwa w procesie aktywności i partycypacji społecznej młodzieży, *Rocznik Pedagogiczny*, nr 43, s. 37 - 61.
- Stańdo, J., Spławska-Murmyło, M. (2017). *Metody aktywizujące w edukacji wczesnoszkolnej i przedszkolnej*. Warszawa: ORE.
- <https://paderewski.lublin.pl/edukacja-i-inspiracje/pl/podarujdziecku-sprawczosc#.YjIXSP7MLIU>
- <https://portal.librus.pl/rodzina/artykuly/poczucie-sprawstwa-co-daje-uczniowi>