

Pakiet 3

Lekcje wychowawcze z pomysłem

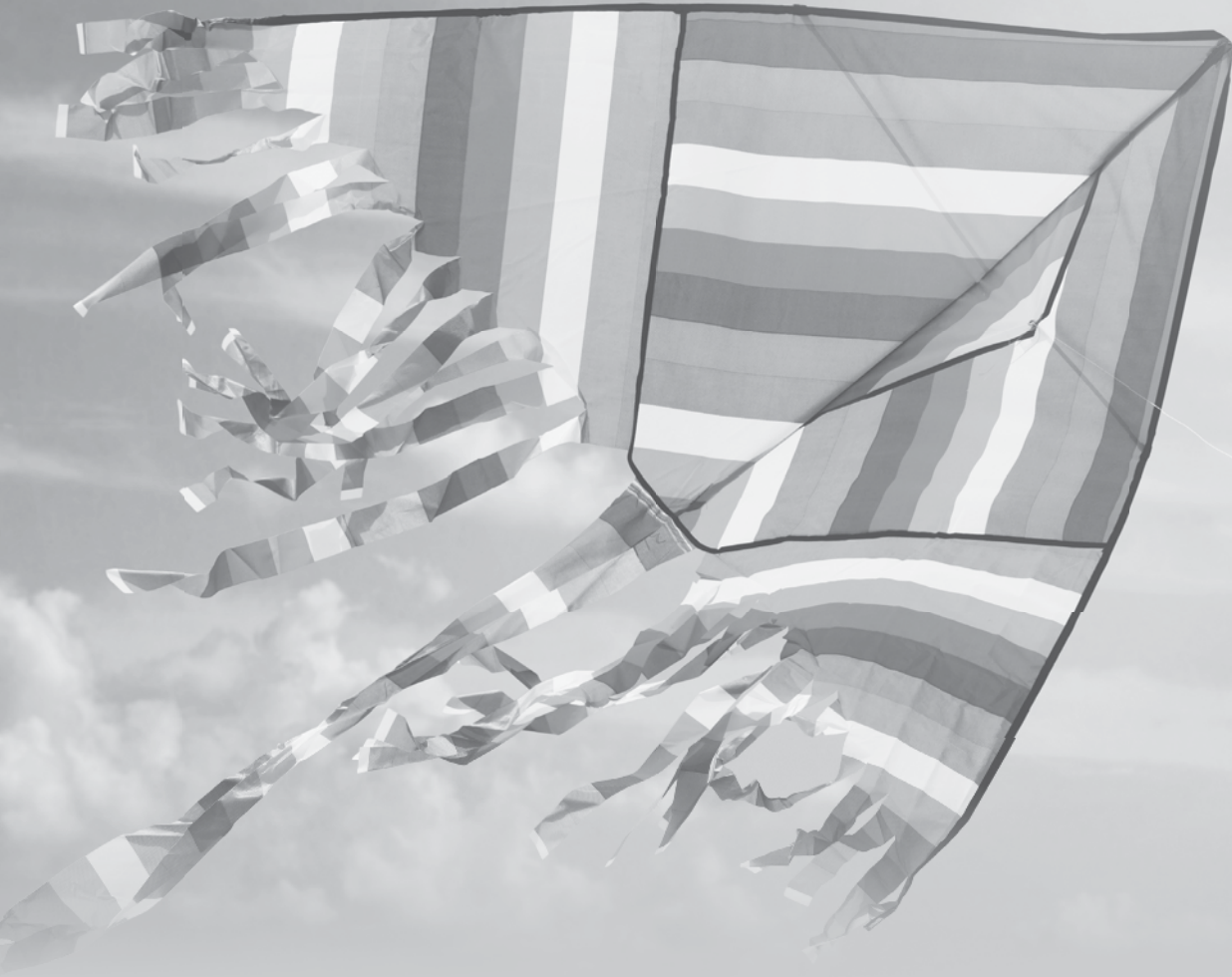
Praktyczny narzędziownik
nauczyciela



FORUM

SPIS TREŚCI

- 5 Bezpieczne i udane wakacje**
- 14 Mieć czy być?**
- 20 Pierwsze lekcje wychowawcze**
- 29 Przyjaźń i miłość - jak dbać o relacje z ważnymi osobami?**
- 39 Nieszablonowe andrzejki**
- 45 Jak wspierać swoją samoocenę?**
- 50 Smartfony, czaty, media społecznościowe - jak wpływają na nasze relacje z innymi?**



BEZPIECZNE i udane wakacje

Kiedy zbliża się koniec roku szkolnego, warto porozmawiać z uczniami na temat nadchodzących wakacji – podsunąć im dobre pomysły na to, jak mogą je spędzić, by był to czas radosny, ale i bezpieczny.

Ważnym tematem, który warto u progu lata podjąć na lekcji wychowawczej, jest bezpieczeństwo na wakacjach. Dotyczy to w zasadzie wszystkich grup wiekowych – bo na dzieci i młodzież w każdym wieku mogą czyhać latem różne niebezpieczeństwa. Możemy poświęcić zajęcia w całości tylko temu zagadnieniu (i wówczas wykorzystać ze scenariusza tylko ćwiczenia poświęcone bezpieczeństwu) lub też potraktować temat wakacji całościowo. Dzięki temu lekcja wychowawcza upłynie w weselszej atmosferze. Co więcej, rozmawiając z podopiecznymi także o tym, co i dlaczego warto robić na wakacjach, mamy okazję zainspirować ich do poszukiwania wartościowych sposobów spędzania wolnego czasu, co również może zwiększyć ich bezpieczeństwo (brak nudy to mniejsza pokusa niepotrzebnego ryzyka).

Wartość wakacji

Wakacje dla dzieci i młodzieży to nie tylko zasłużony wypoczynek po trudach całorocznej nauki, ale także czas ważny dla ich rozwoju. Te dwa letnie miesiące to okres, kiedy nasi uczniowie gromadzą bezcenne doświadczenie, na co brak im czasu (a nierzadko i możliwości) w ciągu roku szkolnego. To okazja do kolekcjonowania nowych, rozwijających przeżyć, doświadczania urozmaiconych bodźców, zdobywania wiedzy o świecie społecznym i fizycznym, poszerzania horyzontów. To także czas kształtowania się umiejętności społecznych i samodzielności w sytuacjach dla dziecka nowych – zwłaszcza podczas wyjazdów, kolonii i obozów. Wakacje są wreszcie okazją do rozwoju fizycznego – dzięki większej dawce ruchu, zwłaszcza na świeżym powietrzu. Jednak letni wypoczynek może mieć te wszystkie cechy dopiero wtedy, kiedy jest właściwie zorganizowany.

Dobrym pomysłem będzie poruszenie tej kwestii podczas zebrania z rodzicami i wyczerpanie ich na konieczność właściwego zaplanowania wypoczynku ich dzieci.

Jak organizować (sobie) wakacje?

Udane wakacje powinny uwzględniać cztery zasadnicze aspekty: wypoczynek, zabawę, rozwój i bezpieczeństwo.

Warto przyjrzeć się zasadom organizacji wakacyjnego wypoczynku zalecanym przez specjalistów:

- **Zmiana otoczenia** – dłuższy wyjazd na obóz czy kolonie, wyjazdy do dalszej rodziny, weekendowe wypadki czy nawet lokalne półkolonie.

Udane wakacje powinny uwzględniać cztery zasadnicze aspekty: wypoczynek, zabawę, rozwój i bezpieczeństwo.

- **Urozmaicona aktywność** – czas na wyspanie się i relaks, aktywność ruchową, spotkania z rówieśnikami, eksplorację otoczenia (zabawę w terenie, obserwowanie przyrody, zwiedzanie), rozrywkę (w tym hobby, twórczość) oraz aktywność intelektualną połączoną z zabawą (np. gra w kalambury, quizy).
- **Poznanie nowych osób** – ćwiczenie umiejętności interpersonalnych i zawiązywanie przyjaźni.
- **Nowe doświadczenia i wyzwania** – robienie czegoś po raz pierwszy i próbowanie swoich sił w nowych sytuacjach, rozwijanie zaradności, samodzielności i pewności siebie dziecka oraz jego wiedzy o świecie.
- **Pozytywne emocje** – atmosfera zabawy, radości i luzu.

Bezpieczne wakacje

Bezpieczeństwo podczas wakacji to temat ważny i dla młodszych dzieci, i dla dorastającej młodzieży. Obie te grupy mogą niestety nie doceniać potencjalnych zagrożeń i bagatelizować je. Dzieci – bo wielu z nich nie są jeszcze świadome, młodzież – bo często ma silną potrzebę eksperymentowania i kojarzonej z dorosłością „wolności”. Nastolatki też zwykle niechętnie dopuszczają do siebie myśl, że mogłoby ich spotkać coś złego. Wiedzą, że gdzieś tam są jacyś ludzie, którym szkodzą używki, którzy ulegają wypadkom, oszustwom lub przemocy, ale chcą żyć w przekonaniu, że ich akurat żaden z tych problemów nie dotyczy. Często twierdzą, że są na to „zbyt mądrzy” i „na pewno nie dopuściliby do takiej sytuacji”. To podejście może nam utrudniać zadanie; warto być świadomym

tego, że nie pomogą tu „umoralniające” pogadanki, które młodzież jednym uchem wpuszcza, a drugim wypuszcza. Zamiast formułować listę nakazów i zakazów czy pouczać młodych ludzi, warto skłonić ich, by sami zaczęli zastanawiać się nad tym, z jakimi zagrożeniami mogą się

zestknąć, jak je rozpoznać i jak ich unikać. By pomyśleli o tym głębiej, a nie tylko poprzesztawali na ogólnikach typu „trzeba na siebie uważać”.

Wakacyjne niebezpieczeństwa

Jakie niebezpieczeństwa mogą czyhać na dzieci i młodzież w czasie wakacji? Najpoważniejsze z nich to:

- wypadki zagrażające zdrowiu lub życiu (zachłyśnięcia i utonięcia, skoki do wody na główkę, upadki z wysokości, pogryzienie przez psa, wypadki komunikacyjne i inne),
- utrata ważnych lub cennych przedmiotów (np. zgubienie telefonu lub pieniędzy, zniszczenie dokumentów),
- pogorszenie stanu zdrowia (np. przeziębienie się, udar słoneczny, zatrucie pokarmowe wywołane niewłaściwym odżywianiem, zapomnienie o konieczności zażywania leków),
- zgubienie się (np. w lesie czy nieznannej miejscowości),
- doświadczenie przestępstwa (kradzieży, oszustwa, pobicia, przemocy seksualnej czy nawet porwania),
- szkodliwe używanie środków odurzających, w tym ryzyko uzależnienia czy przedawkowania,
- ryzykowny seks (bez zabezpieczenia, z przygodnymi osobami),
- inne ryzykowne zachowania (np. kradzieże, ucieczki z domu) wynikające z nudy lub zachęty rówieśników.

Oczywiście wiele zależy tu od wieku naszych podopiecznych. W przypadku dzieci ryzyko związane z niebezpiecznymi zachowaniami seksualnymi czy też

używkami jest niewielkie. W większym stopniu mogą ich dotyczyć np. wypadki i inne postacie ryzyka dla zdrowia, zgubienie się, ale też krzywdzące działania osób trzecich – zarówno rówieśników, jak i mających złe zamiary dorosłych.

Jak rozmawiać?

O ile rozmowa na temat zorganizowania udanych wakacji nie powinna nam nastręczać trudności, o tyle poruszając kwestie wakacyjnych niebezpieczeństw, musimy robić to w przemyślany sposób. Naszym celem jest przekazać uczniom jak najwięcej przydatnej w praktyce wiedzy bez straszenia i popadania w przesadę, to bowiem może spowodować, że nasi podopieczni albo odrzucą nasz przekaz jako mało wiarygodny („przesadza”), albo przeciwnie – zaczną czuć zbyt nasilony lęk (ten problem dotyczy zwłaszcza dzieci z predyspozycjami w kierunku zaburzeń

przytrafić się właśnie nam. Na wszelki wypadek warto mieć się na baczności.

Mamy przed sobą jednak jeszcze jedno karkołomne zadanie: o zagrożeniach powinniśmy mówić w taki sposób, by nie zainspirować naszych podopiecznych (nie należy więc traktować ich tak, jakbyśmy sądzili, że w wakacje faktycznie będą dopuszczać się ryzykownych zachowań), ale też by ich przesadnie nie nastraszyć. Ta druga sugestia dotyczy zwłaszcza najmłodszych. Nie jest wcale wskazane informowanie dzieci ze szczegółami np. o tym, że mogą spotkać dorosłych, którzy zechcą je wykorzystać seksualnie. Temat ten wymaga dużej delikatności. Lepiej ogólnie wspomnieć o danym zagrożeniu (np. „Czasem dzieci mogą spotkać dorosłych, którzy udają przyjacielskich i miłych, ale tak naprawdę nie mają dobrych zamiarów i mogą zrobić dziecku krzywdę”), a skupić się

*Zamiast formułować listę nakazów i zakazów
czy pouczać młodych ludzi, warto skłonić ich, by sami zaczęli
zastanawiać się nad tym, z jakimi zagrożeniami mogą się
 zetknąć, jak je rozpoznać i jak ich unikać.*

lękowych). A lęk, choć może powstrzymać przed ryzykiem, jest zasadniczo bardzo niekorzystny dla rozwoju dzieci i młodzieży – m.in. utrudnia naukę nowych rzeczy i powstrzymuje przed ich próbami, przed eksploracją otoczenia.

Nasz przekaz może mieć treść: „Wakacje są ważne i wspaniałe, każdy ma prawo i powinien się nimi cieszyć, trzeba jednak pamiętać, że w ich trakcie mogą się nam przytrafić przykre rzeczy, i starać się tak bawić i wypoczywać, aby tych rzeczy uniknąć”.

Jeśli nasi sprytni uczniowie powołają się na statystykę, mówiąc, że wypadki i inne przykrości przytrafiają się ludziom stosunkowo rzadko i dużo większe jest prawdopodobieństwo, że nic złego ich nie spotka, niż że coś im się przydarzy, z powagą przypomnijmy, że życie to nie statystyka. Fakt, że coś zdarza się rzadko, oznacza, że jednak czasem komuś się zdarza, i nie jest nigdzie powiedziane, że nie może

przede wszystkim na sposobach zapobiegania (np. jak się zachować, kiedy dziecko zaczepia obca osoba dorosła). Scenariusz zajęć poświęconych tej tematyce (*Nie rozmawiaj z nieznanym!*) ukazał się w „Głosie Pedagogicznym” nr 55 (2014).

Z dziećmi i młodzieżą należy rozmawiać bezpośrednio i szczerze, z szacunkiem i życzliwością – w ten sposób przekonamy podopiecznych, że naprawdę zależy nam na ich dobru, a nie na tym, by kontrolować ich nakazami i zakazami. Dotyczy to też tzw. tematów trudnych, np. rozmowy z nastolatkami o ryzykownych zachowaniach seksualnych, chorobach przenoszonych drogą płciową czy możliwości doznania przemocy seksualnej, na którą niestety są narażone. Warto zawczasu zastanowić się, który temat może sprawiać nam kłopot, i przygotować to, co w jego zakresie będziemy chcieli uczniom przekazać.

Materiały do zajęć: czyste kartki formatu A4, długopisy, tablica i kreda/pi-sak, arkusze brystolu (10), flamastry, magnesy lub taśma klejąca, materiały z „Narzędziowni”.

Formy i metody pracy: praca w grupach, rozmowa/dyskusja, burza mózgów, miniwykład, drama.

Lekcja 1.

Wakacje: udane i bezpieczne

WPROWADZENIE

Osoba prowadząca wita uczennice i uczniów. Krótко zapowiada temat. Na rozgrzewkę może poprosić, by podniosły rękę wszystkie osoby, które nie mogą się doczekać wakacji, a następnie wszystkie te, które mają już na wakacje jakieś plany. Zachęca je, by podzieliły się swoimi zamierzeniami z resztą klasy. Jeśli zgłoszą się tylko osoby o szczególnie atrakcyjnych planach (np. zagranicznych wycieczek), warto powiedzieć, że to bardzo fajne i ciekawe pomysły, ale na szczęście udane wakacje można mieć także wtedy, kiedy spędza się je u dalszej rodziny, na wsi czy też po prostu w domu – i właśnie temu, jak zorganizować sobie udane wakacje, będą poświęcone te zajęcia. Taki komunikat będzie ważny dla tych, którzy nie mają szans na atrakcyjny (lub w ogóle jakikolwiek) wyjazd.

ROZWINIĘCIE

1 Dlaczego wakacje są ważne? Dyskusja i miniwykład

Osoba prowadząca zachęca uczestników, by powiedzieli, dlaczego lubią wakacje (jeśli tak jest). Jeśli w klasie są osoby, które zadeklarują, że nie lubią lub nie wy czekują wakacji, również warto udzielić im głosu – być może przyczyną jest brak ciekawych planów. Jeśli tak, warto zachęcić te osoby do aktywnego udziału w lekcji, bo może któreś z pomysłów je zainspirują. Ale jeśli okaże się, że powody są inne, warto po zajęciach przyjrzeć się sytuacji tych osób i ocenić, czy nie należy podjąć jakichś działań (być może