

SCENARIUSZ 1.6

Tytuł spotkania: Laboratorium Rozwiązań

Pomysł i opracowanie: Lilianna Niewierowicz

Klasy 4-6
szkoły podstawowej

1 × 45 minut

OPIS I CELE

Krótki opis:

Podczas zajęć uczniowie pracują w grupach nad rozwiązaniem prostych problemów występujących w środowisku szkolnym i życiu codziennym, takich jak hałas na korytarzu, niesatysfakcjonująca ocena z testu, kłótnia z przyjacielem. Wspólnie tworzą propozycje rozwiązań, a następnie analizują ich realność oraz możliwe konsekwencje. Aktywność rozwija myślenie krytyczne, umiejętność współpracy, podejmowania decyzji oraz poczucie sprawczości.

Przedmiot nauczania, w ramach którego może być realizowany dany scenariusz:

zajęcia z wychowawcą/wychowawczynią.

Scenariusz realizuje zadania wychowawczo-profilaktyczne takie jak: rozwijanie kompetencji emocjonalno-społecznych oraz profilaktykę zdrowia psychicznego uczniów.

Adresaci lekcji: Uczniowie klas IV-VI szkoły podstawowej.

Cel ogólny:

Rozwijanie umiejętności krytycznego myślenia, współpracy oraz skutecznego rozwiązywania problemów poprzez analizę sytuacji i poszukiwania najlepszego rozwiązania.

Cele szczegółowe:

- Uczeń identyfikuje i nazywa problemy pojawiające się w środowisku szkolnym i życiu codziennym;
- Uczeń proponuje różne sposoby rozwiązania wybranego problemu;
- Uczeń analizuje możliwe konsekwencje proponowanych rozwiązań;
- Uczeń ocenia realność i skuteczność własnych pomysłów;
- Uczeń współpracuje z innymi podczas pracy grupowej;
- Uczeń argumentuje swoje zdanie i słucha opinii innych osób;
- Uczeń podejmuje decyzje na podstawie analizy dostępnych informacji;
- Uczeń rozwija poczucie sprawczości i odpowiedzialności za podejmowane działania;
- Uczeń wie, gdzie i do kogo zgłosić się z prośbą o pomoc.

Metody pracy:

- metoda aktywizująca
- burza mózgów
- dyskusja kierowana
- praca w mniejszych i większych grupach
- refleksja indywidualna
- prezentowanie pracy grupowej
- metoda problemowa
- metoda sytuacyjna (analiza krótkich sytuacji i zdarzeń)
- elementy inspirowane metodą design thinking

Formy pracy:

- praca indywidualna,
- praca w parach,
- praca w małych grupach,
- praca z całą grupą.

MATERIAŁY I POMOCE DYDAKTYCZNE

- kartki papieru, długopisy lub flamastry,
- kreda do tablicy bądź mazak suchościerny,
- kartki A3,
- wydrukowane losy z problemami do opracowania w grupach,
- czysta kartka dla każdego ucznia do stworzenia apteczki.
- **W wersji rozszerzonej:**
magnesy, wydrukowane plakaty, tablica interaktywna, wydrukowane apteczki dla każdego ucznia.

SZCZEGÓŁOWY OPIS PRZEBIEGU

1 Wprowadzenie + rozgrzewka

Czas: 5 minut



Przygotowanie przestrzeni:

Krzesła ustawione są w kręgu. Na środku leży maskotka lub inny Rozmowa kierowana dotycząca występowania w naszym życiu sytuacji trudnych i pojawiania się w związku z nim stresu. Zła wiadomość jest taka, że nie istnieje żadna magiczna różdżka, metoda czy sposób by to zniknęło. Dobra wiadomość jest natomiast taka, że jesteśmy w stanie wypracować metody, które pozwolą nam lepiej radzić sobie nawet w zaskakujących nas sytuacjach.

Metod jest wiele, bo każdy z nas jest inny i potrzebuje w różnych sytuacjach różnych rozwiązań, ważne jest aby zapoznać się z nimi przed ich potrzebą użycia. To zdecydowanie zwiększa szansę na powodzenie naszej misji.

Nauczyciel wybiera i pokazuje jeden przedmiot np. spinacz, kawałek sznurka, kartka papieru, zadaniem uczniów jest wypisanie jak największej ilości zastosowań wskazanej rzeczy. W zależności od grupy ćwiczenie może zostać przeprowadzone indywidualnie jak i również w mniejszych bądź większych grupach. Można również zastosować metodę śnieżnej kuli.

Podsumowanie:

Nie zawsze istnieje tylko jedno rozwiązanie problemu, a kreatywność pomaga znaleźć nowe możliwości.

2 Technika „STOP”

Czas: 5 minut



Prowadzący opowiada krótką historię:

Kuba dostał niemiły komentarz na grupie klasowej i natychmiast zaczął odpisywać...

Co Kuba mógł zrobić w takiej sytuacji?

Co mogłoby się wydarzyć, gdyby odpisał pod wpływem emocji? Jakie reakcje i konsekwencje mogły spotkać Kubę?

Omówienie techniki, można skorzystać z plakatu.



ZAŁĄCZNIK

S – STOP

T – TECHNIKA ODDECHU

O – OCENIĆ SYTUACJĘ

P – PODEJMIĆ DZIAŁANIE

Jak oceniacie szanse Kuby na podjęcie lepszej decyzji po skorzystaniu z metody STOP?

Czy znajomość metody może okazać się pomocna?

3

5 kroków rozwiązywania problemu - praca w grupach

Czas: 20 minut



Prowadzący przedstawia schemat:

1. Jaki jest problem?
2. Jakie są możliwe rozwiązania?
3. Plusy i minusy rozwiązań.
4. Wybór najlepszego rozwiązania.
5. Działanie, sprawdzenie efektów i konsekwencji.

Każda grupa dostaje problem i przeprowadza burzę mózgów nad projektami rozwiązań.

Zadaniem zespołu jest przejście przez wszystkie 5 kroków i zapisanie ich na kartce. Przyda się ona do późniejszej prezentacji rozwiązań.

PROBLEM:

1. Podczas przerwy koledzy i koleżanki bawią się razem, ale nikt nie zaprosił Cię do dołączenia. Czujesz się smutny i zły.
2. Zauważyłeś, że twój najlepszy przyjaciel jest ostatnio smutny i nie ma ochoty na wspólną zabawę i aktywności po szkole.
3. Mimo że się uczyłeś, wynik sprawdzianu okazał się gorszy, niż się spodziewałeś. Nie wiesz, co zrobić dalej.
4. Byłeś świadkiem, jak inny uczeń zabrał nie swój plecak i schował go.
5. Podczas rozmowy powiedzieliście sobie niemiłe rzeczy. Teraz nie odzywacie się do siebie i atmosfera jest napięta.
6. Podczas powrotu do domu słyszałaś, jak grupka dziewczyn obgaduje nową uczennicę.
7. Przeczytałeś wiadomość lub komentarz, który sprawił Ci przykrość. Czujesz złość, wstyd lub smutek.
8. Przypomniałeś sobie o pracy domowej dopiero rano przed lekcjami. Obawiasz się reakcji nauczyciela i konsekwencji.
9. Przegrałeś ważną rozgrywkę w swoją ulubioną grę.
10. Rodzice nie pozwalają Ci iść po szkole do Oli, a tak bardzo Ci na tym zależy.

Prezentacja efektów pracy w grupach przed resztą klasy.

4

Tworzenie indywidualnej apteczki pierwszej pomocy w sytuacji trudnej bądź kryzysowej

Czas: 15 minut



Każdy uczeń projektuje swoją apteczkę, można skorzystać z gotowego wzoru.



ZAŁĄCZNIK

Kiedy jest mi trudno:

- Co czuję?
- Co pomaga mi się uspokoić?
- Do kogo mogę się zwrócić?
- Jaki będzie mój pierwszy krok?

KARTĘ UCZNIOWIE ZABIERAJĄ ZE SOBĄ!

5**Podsumowanie****Czas: 5 minut**

Metoda trzech kolorów: **czerwony**, **żółty**, **zielony**, gdzie

CZERWONY oznacza - nie umiem, nie rozumiem

ŻÓŁTY oznacza - coś kojarzę, muszę poćwiczyć

ZIELONY oznacza - znam, rozumiem

Każde z dzieci dostaje 3 kolorowe karteczki i odpowiadać podnosząc kartki po usłyszeniu pytania.

- Potrafię nazwać swoje emocje.
- Znam sposób na uspokojenie się.
- Wiem, do kogo zwrócić się o pomoc.
- Poznałem coś, co mogę wykorzystać w trudnej sytuacji.

ŹRÓDŁA**Bibliografia**

1. Okraj, Z. (2021). Design thinking. Inspiracje dla dydaktyki. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
2. Shanker, S. (2016). Self-Reg. Jak pomóc dziecku (i sobie) nie dać się stresowi i żyć pełnią możliwości. Warszawa: Mamania.
3. Shanker, S. (2019). Samoregulacja w szkole. SELF-REG. Spokój, koncentracja, nauka. Tłum. A. Sawicka-Chrapkowicz. Warszawa: Mamania.
4. Ośrodek Rozwoju Edukacji (ORE) – materiały dotyczące kompetencji emocjonalno-społecznych, profilaktyki i wychowania.
5. Centrum Edukacji Obywatelskiej (CEO) – publikacje i scenariusze rozwijające myślenie krytyczne, współpracę i sprawczość uczniów.

Słowniczek

stres - stan wzmożonego napięcia nerwowego, będący reakcją na działanie negatywnych bodźców fizycznych lub psychicznych

kryzys - sytuacja, w której jakiś konflikt staje się poważny, stan zniechęcenia i utraty motywacji, zachwianie jakiegoś systemu wartości lub pozycji czegoś

kreatywny, kreatywność - cecha opisująca osobę tworzącą coś nowego lub oryginalnego, innowacyjnego

sprawczość - zdolność jednostki do podejmowania świadomych działań i wywierania realnego wpływu na otaczającą rzeczywistość, własne życie oraz innych ludzi.

METODA STOP

4 kroki do mądrego działania

STOP

Zatrzymaj się!
Nie działaj od razu.
Daj sobie chwilę.

T

TECHNIJ ODDECHEM

Weź głęboki oddech.
Uspokój ciało i myśli.
Policz powoli do trzech.

O

OCEŃ SYTUACJĘ

Co się stało?
Jak się czuję?
Jakie mam możliwości?
Co może być skutkiem moich działań?

P

PODEJMIJ DZIAŁANIE

Wybierz najlepsze rozwiązanie i działaj!
Pamiętaj – Ty masz wpływ na sytuację.

Zatrzymaj się. Pomyśl. Działaj mądrze!

2. Wzór apteczki - przykład

APTECZKA

PIERWSZA POMOC PSYCHOLOGICZNA

Osoby, które pomagają mi w trudnych chwilach.

- Kto daje mi wsparcie emocjonalne?
- Do kogo mogę zadzwonić, kiedy jest mi źle?
- Kto zawsze potrafi mnie pocieszyć lub zrozumieć?

np. moja przyjaciółka Ania - zawsze mnie wysłucha.

Co mi zawsze pomaga się uspokoić?

- Jakie techniki relaksacyjne na mnie działają?
- Jakie rytuały pomagają mi odzyskać spokój?
- Jakie przedmioty lub dźwięki działają na mnie kojąco?

np. głębokie oddychanie, słuchanie ulubionej spokojnej muzyki.

Miejsca i ulubione czynności, które sprawiają, że czuję się lepiej.

- Gdzie czuję się bezpiecznie i spokojnie?
- Jakie zajęcia pomagają mi odreagować?
- Co mnie uspokaja lub daje mi radość?

np. spacer po lesie/parku, malowanie.

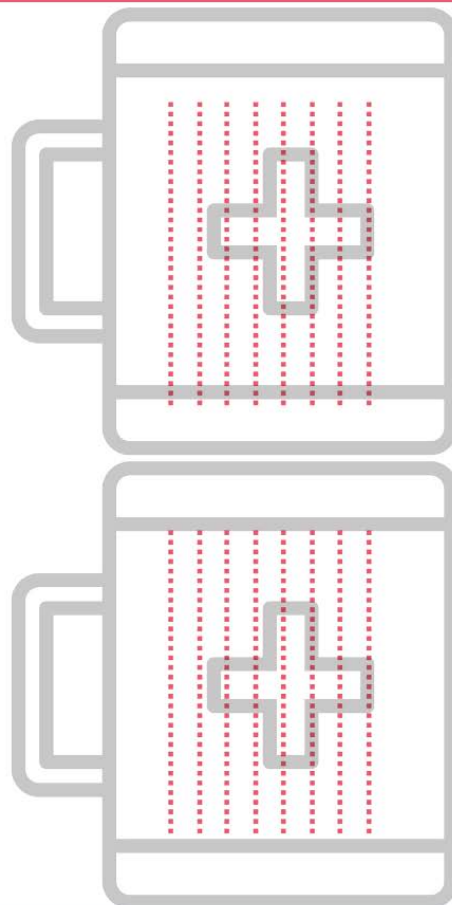
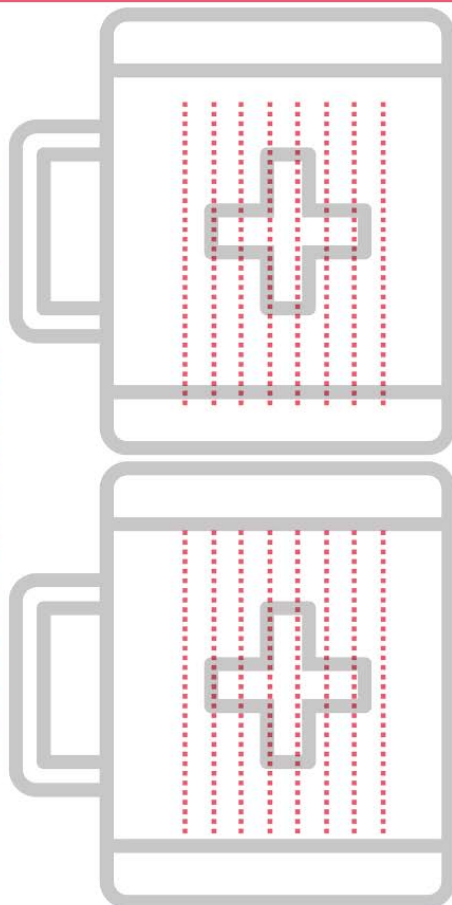
Cytaty, które mi pomagają.

- Jaka myśl lub cytata daje mi siłę w trudnych chwilach?
- Czy mam jakieś słowa, które przypominają mi o mojej wartości?

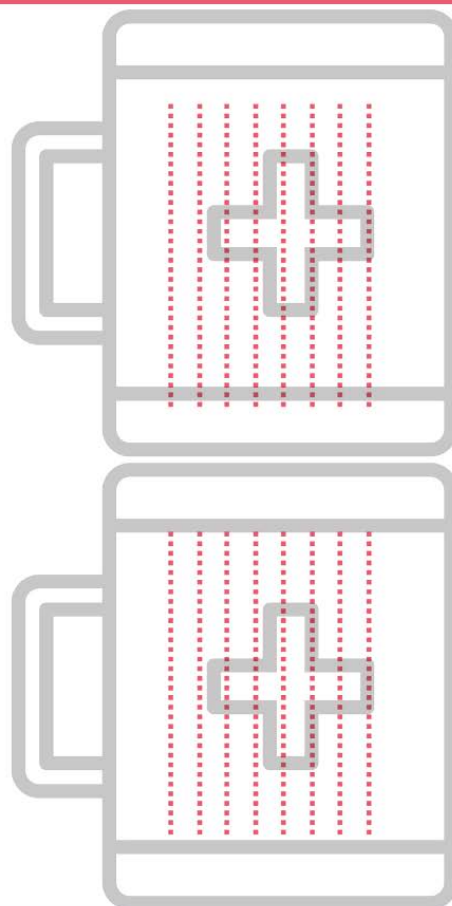
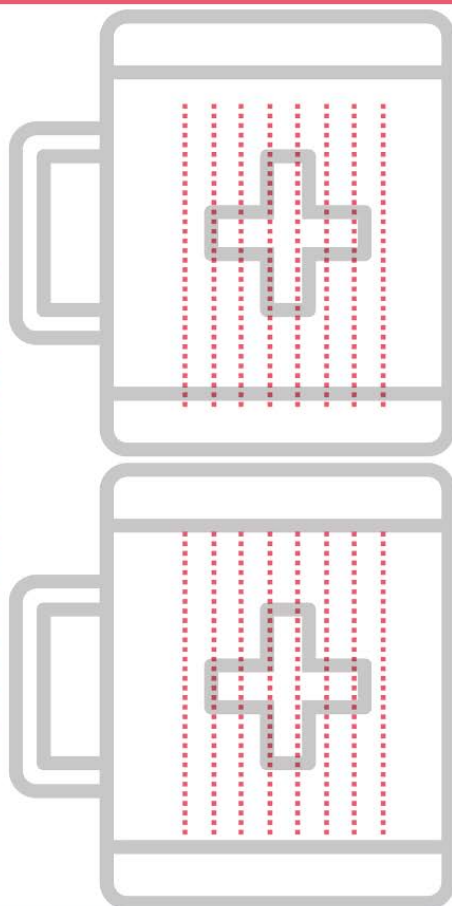
np. „do tej pory przetrwałem 100% swoich najgorszych chwil”.

**APTECZKA**

PIERWSZA POMOC PSYCHOLOGICZNA

**APTECZKA**

PIERWSZA POMOC PSYCHOLOGICZNA



Scenariusz opracowany w ramach projektu “Young Democracy - Obywatel i Media”
realizowanego przez EduKABE Fundację Kreatywnych Rozwiązań.



Ministerstwo
Edukacji Narodowej

Projekt dofinansowany ze środków budżetu państwa,
przyznanych przez Ministra Edukacji w ramach programu
“Kompas Młodego Obywatela”.



Minister
Edukacji