

Dobra praktyka – formularz zgłoszeniowy

Metryczka dobrej praktyki				
1.	Nazwa szkoły/ placówki:	SZKOŁA PODSTAWOWA IM. ŚW. JANA PAWŁA II W WILCZKOWICACH		
2.	Powiat/gmina:	KONECKI/RADOSZYCE		
3.	Dyrektor szkoły:	DR ZBIGNIEW KOWALCZYK		
4.	Dane adresowe szkoły/ placówki:	SZKOŁA PODSTAWOWA IM. ŚW. JANA PAWŁA II WILCZKOWICE 34 26-230 RADOSZYCE	Tel. 0413735193	Fax 413735193 e-mail dyrektor@szkolawilczkowice.pl
5.	Dyrektor, nauczyciel lub przedstawiciel jednostki samorządu terytorialnego zgłaszający dobrą praktykę/ funkcja:	ALINA DYMIŃSKA- nauczycielka edukacji wczesnoszkolnej JOANNA ŚCIEGIENNA- pedagog szkolny, wychowawca klasy VIII WIESŁAWA ZBRÓG- bibliotekarka, nauczycielka geografii		
6.	Ramy współpracy z ŚCDN:	Nazwa wspólnego przedsięwzięcia, inicjatywy itp.: Realizacja projektu <i>Szkola Pozytywnych Myśli</i>	Nauczyciel konsultant ŚCDN – partner we współpracy: MARZANNA KOSTECKA-BISKUPSKA	
Charakterystyka dobrej praktyki				
7.	Tytuł dobrej praktyki:	<i>Nasze emocje - skąd się biorą?, co z nimi zrobić? i jak sobie z nimi radzić?</i>		
8.	Przedmiot/ działanie ponadprzedmiotowe lub zajęcia:	Zajęcia zintegrowane Godzina wychowawcza Zebranie z rodzicami		
9.	Poziom edukacyjny:	SZKOŁA PODSTAWOWA		
10.	Cała szkoła/ klasa lub grupa:	Klasa II i VIII		
11.	Czas/okres realizacji zadania:	WRZESIEŃ 2018 – CZERWIEC 2019		
12.	Cele dobrej praktyki:			
	<p>Wszystkie inicjatywy podejmowane przez szkołę mają na celu kształtowanie wszechstronnego rozwoju uczniów. Ważne są, nie tylko ze względu na promocję szkoły w środowisku lokalnym, ale także na korzyści jakie z nich płyną dla samych uczniów. W swych działaniach szkoła angażuje rodziców, co jest szczególnie istotne ze względu na wychowawczą funkcję rodziny. Korelacje działań podejmowanych przez nauczycieli i rodziców jest niezwykle istotna we właściwym rozwoju każdego ucznia.</p> <p>Celem prowadzonych działań było:</p> <ul style="list-style-type: none"> -wzbogacenie wiedzy nauczycieli, uczniów rodziców na temat zdrowia psychicznego, -wzmocnienie szkoły, nauczycieli, a docelowo uczniów w zakresie radzenia sobie z zagrożeniami zdrowia psychicznego, -budowanie postawy odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych, -kształtowanie umiejętności radzenia sobie z emocjami, -promowanie wartości zdrowia psychicznego. 			
13.	Opis pomysłu:			
	<p>Projekt <i>Szkola Pozytywnych Myśli</i> stał się okazją a nawet priorytetem do podjęcia działań mających na celu zwiększenie poziomu samoświadomości uczniów i rodziców na temat zdrowia psychicznego i sposobów dbania o nie, rozpoznawanie i nazywania przeżywanych emocji; zapoznanie się z konstruktywnymi sposobami radzenia sobie z trudnymi emocjami, zwiększenie poczucia własnej wartości oraz uświadomienie uczestnikom jak ważna jest umiejętność panowania nad emocjami. Naszym celem było także zaangażowanie jak największej grupy uczniów, ale i rodziców oraz nauczycieli. Dlatego też, pojawiały się różne pomysły na realizację, ale jesteśmy pewne, że dołączone do spotkań opowiadanie „Drewniany płot” i film „Paczka ciasteczek”, film „Cudowny chłopak”, czy też „Balony złości” były strzałem w 10, ponieważ dały uczestnikom możliwość zastanowienia się nad swoimi sposobami wyrażania i przeżywania emocji.</p>			

	<p>Początkowo uczniowie sceptycznie podeszli do podejmowanego tematu. W czasie zajęć jednak otworzyli się i z upływem zajęć coraz chętniej uczestniczyli w nich. Na zakończenie warsztatów uczniowie wyciągnęli wnioski, że dzięki tym zajęciom rozumieją skąd gromadzą się w nich nieprzyjemne emocje i w jaki sposób je rozładowywać. Rodzice wyrazili aprobatę podjętego tematu oraz sposobu jego prowadzenia. Rodzice chętnie uczestniczyli w zajęciach i otwarcie wypowiadali się na poruszane tematy. Rodzice chcą, by w dalszym ciągu kontynuować tego typu spotkania.</p>
14.	<p style="text-align: center;">Sposób realizacji:</p> <p>W ramach realizowanego projektu <i>Szkola Pozytywnych Myśli</i> w szkole podjęliśmy szereg działań zarówno wśród uczniów, rodziców jak i nauczycieli. Należą do nich między innymi:</p> <p>1. Zajęcia warsztatowe wśród uczniów nt. „Skąd biorą się moje emocje i co z nimi zrobić?”. Spotkanie rozpoczęło się od zawarcia kontraktu z grupą. Następnie każdy uczeń miał za zadanie określić nastrój, w jakim się dziś znajduje: szczęście, strach, smutek, złość, spokój, radość, przyklejając kolorową karteczkę w odpowiednim miejscu. Następnie uczucia zostały pogrupowane na przyjemne i nieprzyjemne, które w znaczny sposób oddziałują na naszą psychikę i reakcję naszego organizmu na otaczający świat. Dzięki temu uczniowie dowiedzieli się, że nie ma uczuć dobrych i złych, a dobry bądź zły może być jedynie sposób ich wyrażania lub radzenia sobie z nimi. Uczniowie podzieleni zostali na grupy. Przedstawiciel każdej miał za zadanie za pomocą gestów i mimiki wyrazić wylosowaną emocję. Kolejnym zadaniem, jakie czekało uczniów, to zaznaczenie na planszy kolorem czerwonym uczuć nieprzyjemnych, a niebieskim uczuć przyjemnych. W dalszej części spotkania uczniowie mieli za zadanie wypisać emocje im towarzyszące: na przerwie, podczas lekcji, na sprawdzianie, poza szkołą. Przedstawiciel każdej z grup przedstawił propozycje podane przez grupę. Po krótkiej przerwie uczniowie obejrzeni projekcję filmiku <i>Paczka ciasteczek</i>, po której omówiliśmy zachowania bohaterów filmu. Uczniowie na podstawie doświadczenia z balonem mogli zobaczyć, co może stać się ze złością. Doszliśmy do wniosków, że można ją wypuścić jak powietrze z balonu lub tłumić w sobie, aż w końcu „pęknie” jak balon. Z plansz demonstracyjnych uczniowie odczytywali, kiedy złość jest ok, a kiedy agresja nie jest ok. Skala złości porównana została do termometru, gdzie miarą nasycenia był kolor czerwony, a co za tym idzie wybuch złości. Kolejne zadanie, jakie czekało uczestników spotkania, to określenie, gdzie w ich przypadku kumuluje się złość. Uczniowie wybrali głowę i żołądek. Gra <i>Trucizna i odtrutka</i> okazała się dla uczniów strzałem w dziesiątkę, ponieważ wszyscy doskonale wykonali to zadanie i bezbłędnie odszukali odtrutki na wybrane przez siebie trucizny.</p> <p>Na podsumowanie warsztatów przeczytane zostało opowiadanie pt. <i>Drewniany plot</i>, które w pełni odzwierciedlało omawiane zagadnienia.</p> <p>2. Prezentacja filmu fabularnego <i>Cudowny chłopak</i> - Na skutek niezwykle rzadkiej mutacji genów Auggie (główny bohater) urodził się ze zdeformowaną twarzą. Ta dopiero po licznych operacjach zaczęła choć trochę przypominać ludzką. Fakt jednak jest taki, że Auggie, biorąc pod uwagę obowiązujące standardy piękna, jest odrażająco brzydki. W filmie ważną częścią są też postaci kolegów i koleżanek Auggie'ego ze szkoły – to jak się do niego odnoszą, jakie są ich motywacje oraz to, jak z biegiem czasu zmieniają oni swoje nastawienie względem głównego bohatera. Nawet jeśli błądzimy i zachowujemy się źle, raniąc przy tym ludzi, to jest w nas potencjał na zmianę na lepsze.</p> <p>3. Konkurs plastyczny pt. <i>Recepta na dobre samopoczucie</i>. Uczniowie wykonali prace konkursowe techniką dowolną, a następnie zrobiona została wystawa prac, którą mogła podziwiać cała społeczność szkolna.</p> <p>4. Warsztaty wśród rodziców pt. <i>Nasze emocje i sposoby radzenia sobie z nimi</i>. Spotkanie rozpoczęło się od zawarcia kontraktu z grupą rodziców. Następnie każdy rodzic miał za zadanie określić nastrój, w jakim się dziś znajduje: szczęście, strach, smutek, złość, spokój, radość; przyklejając kolorową karteczkę w odpowiednim miejscu. Następnie uczucia zostały pogrupowane na przyjemne i nieprzyjemne, które w znaczny sposób oddziałują na naszą psychikę i reakcję naszego organizmu na otaczający świat. Dzięki temu rodzice dowiedzieli się, że nie ma uczuć dobrych i złych, a dobry bądź zły może być jedynie sposób ich wyrażania lub radzenia sobie z nimi. Rodzice podzieleni zostali na grupy. Przedstawiciel każdej grupy miał za zadanie za pomocą gestów i mimiki wyrazić wylosowaną emocję. W dalszej części spotkania rodzice zobaczyli zadanie, jakie wykonały ich dzieci, dokonując klasyfikacji uczuć przyjemnych i nieprzyjemnych. Uczniowie zaznaczyli na planszy kolorem czerwonym uczucia nieprzyjemne, a niebieskim uczucia przyjemne. Niektóre zostały zaznaczone podwójnym kolorem, co świadczyło, że zaliczają się zarówno do przyjemnych jak i nieprzyjemnych. Następnie rodzice obejrzeni projekcję filmiku <i>Ciasteczko</i>, po której omówione zostały zachowania bohaterów filmu. Rodzice na podstawie doświadczenia z balonem mogli zobaczyć, co może stać się ze złością. Doszliśmy do wspólnych wniosków, że można ją wypuścić jak powietrze z balonu lub tłumić w sobie, aż w końcu pęknie jak balon lub wybuchnie jak wulkan. Skala złości porównana została do góry lodowej, gdzie miarą nasycenia był kolor czerwony, a co za tym idzie wybuch złości. Kolejne zadanie, jakie czekało uczestników spotkania, to określenie, gdzie u człowieka kumuluje się złość. Rodzice bardzo podobnie do swoich pociech, wybrali głowę i żołądek. Omówiono również sposoby radzenia sobie ze złością. W warsztatach wzięli udział również chętni nauczyciele.</p> <p>Na podsumowanie warsztatów, jako puenta, przeczytane zostało opowiadanie pt. <i>Drewniany plot</i>, które w pełni odzwierciedlało omawiane zagadnienia. Na koniec rodzice otrzymali ulotki przedstawiające, gdzie w ciele człowieka przechowują się negatywne emocje. Warsztaty przebiegły w bardzo miłej atmosferze i dużym zaangażowaniu rodziców. Na zakończenie prowadzące przeprowadziły ewaluację w postaci ankiet, w których rodzice wyrazili chęć uczestnictwa podobnych zajęciach, a przeprowadzone warsztaty przeprowadzili bardzo wysoko.</p>
15.	<p style="text-align: center;">Uzyskane efekty, w tym wartość dodana, możliwość wykorzystania sprawdzonych doświadczeń:</p> <p>Opis uzyskanych efektów wśród uczniów:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> -uczeń rozumie, co kryje się pod pojęciem zdrowia psychicznego -nazywa odczuwane emocje -rozpoznaje swoje emocje oraz wskazuje co je wywołuje -uczeń potrafi opowiedzieć o swoich emocjach w sytuacjach trudnych -uczeń rozumie, że nie ma złych emocji; wszystkie emocje są potrzebne - rozpoznaje, jak emocje wpływają na działania -uczeń zwraca uwagę na swoje wypowiedzi i zachowanie jako informacji wysyłanych przez siebie w sposób werbalny i niewerbalny (prezentacja „Paczka ciasteczek”) -uczniowie potrafią określić swoje emocje i poziom na jakim się znajdują - rozpoznaje znaki ostrzegawcze prowadzące do agresji -uczeń potrafi poszukać rozwiązań do rozładowania trudnych emocji i odnaleźć odtrutkę -uczeń ma poczucie budowania własnej wartości -zmiana świadomości uczniów na temat rozwiązywania sytuacji trudnych zagrażających zdrowiu psychicznemu <p>Uzyskane efekty wśród rodziców:</p> <ul style="list-style-type: none"> -wzrost wiedzy rodziców na temat zdrowia psychicznego - rodzice rozumieją wpływ emocji na działania dzieci i ich własne -zapoznanie rodziców z emocjami przeżywanymi przez dzieci i co je wywołuje -nabycie umiejętności radzenia sobie z sytuacjami trudnymi - poznanie barier zagrażających nam drogę do wychowania dziecka z wysokim poczuciem własnej wartości -zapoznanie z odpowiednimi sposobami wyciszającymi sytuacje stresu -poznanie jak emocje wpływają na zachowania dzieci -zaangażowanie rodziców w sprawy dziecka 		
<p>16. Partnerzy lub instytucje wspomagające realizację działania:</p>	<p>Partnerzy wspomagający realizację podjętych działań to:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Świętokrzyskie Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Kielcach -Dyrektor szkoły -Rodzice uczniów -Nauczyciele 		
<p>17. Załączniki (materiał do opublikowania na stronie):</p>	<p>Prezentacja ze zdjęciami z realizacji działań</p>		
<p>Wyrażam zgodę na opublikowanie przykładu dobrej praktyki na stronie internetowej ŚCDN w Kielcach.</p>			
<p>Miejscowość i data</p>	<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: top;"> <p>SZKOŁA PODSTAWOWA im. św. Jana Pawła II w Wilczkowicach Wilczkowice 34, 26-230 Radoszyce NIP 6561785111, REGON 001217865 www.spwilczkowice-superszkolna.pl e-mail:dyrektor@szkolawilczkowice.pl Tel/fax: 41 373 51 93</p> </td> <td style="text-align: right; vertical-align: top;"> <p>Podpis dyrektora szkoły/placówki DYREKTOR SZKOŁY <i>dr n. hum. Zbigniew Kowalczyk</i></p> </td> </tr> </table>	<p>SZKOŁA PODSTAWOWA im. św. Jana Pawła II w Wilczkowicach Wilczkowice 34, 26-230 Radoszyce NIP 6561785111, REGON 001217865 www.spwilczkowice-superszkolna.pl e-mail:dyrektor@szkolawilczkowice.pl Tel/fax: 41 373 51 93</p>	<p>Podpis dyrektora szkoły/placówki DYREKTOR SZKOŁY <i>dr n. hum. Zbigniew Kowalczyk</i></p>
<p>SZKOŁA PODSTAWOWA im. św. Jana Pawła II w Wilczkowicach Wilczkowice 34, 26-230 Radoszyce NIP 6561785111, REGON 001217865 www.spwilczkowice-superszkolna.pl e-mail:dyrektor@szkolawilczkowice.pl Tel/fax: 41 373 51 93</p>	<p>Podpis dyrektora szkoły/placówki DYREKTOR SZKOŁY <i>dr n. hum. Zbigniew Kowalczyk</i></p>		