



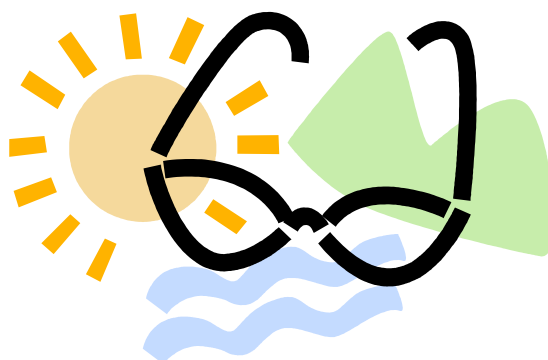
GAZETA RADY PEDAGOGICZNEJ
SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 28
w KIELCACH



Nr 2
2010 / 2011

Zawartość

NOWY PROJEKT ETWINNING – Monika Rozdziałowska.....	2
KOMPETENCJE KOMUNIKACYJNE NAUCZYCIELA – Renata Florin.....	5
ROLA I ZNACZENIE ĆWICZEŃ ŚRÓDLEKCYJNYCH I MIĘDZYLEKCYJNYCH – Ewa Ścibisz	10
MOJE DZIECKO JEST NADPOBUDLIWE W SZKOLE – Jadwiga Grzyb.....	14
KONSPEKT LEKCJI W KL. V "Uroczystości Najświętszego Ciała i Krwi Pańskiej" – Beata Kopeć.....	17
O POWITANIU WIOSNY W NASZEJ SZKOLE – Małgorzata Bartosik.....	21



NOWY PROJEKT ETWINNING

W lutym 2011 roku Szkoła Podstawowa nr 28 w Kielcach po raz kolejny nawiązała współpracę w ramach programu eTwinning. Nowy projekt zatytułowany jest „A Taste of my Life,” co znaczy „Smak mojego życia.” Nasi partnerzy zagraniczni to:

- ⇒ Thorney Island Primary, United Kingdom,
- ⇒ Atatürk İlköğretim Okulu, Turkey,
- ⇒ Aşık Veysel İlköğretim Okulu, Turkey,
- ⇒ COLEGIUL TEHNIC MATASARI, Romania.

Uczennice z klasy V c: Agata Rogóż oraz Małgorzata Starz pod czujnym okiem nauczycielki języka angielskiego, pani Moniki Rozdziałowskiej, przygotowały plan międzynarodowej współpracy. Uważamy, iż największym atutem naszego projektu jest fakt, iż został napisany przez uczniów dla uczniów, więc zawiera tematy, w które są osobiście i emocjonalnie zaangażowani, co z kolei, mamy nadzieję, przełoży się na efektywną pracę.

18 lutego 2011 roku nasz projekt otrzymał Europejską Odznakę Jakości.



Wszystkich zainteresowanych zapraszamy na stronę:
<http://new-twinspace.etwinning.net/web/p47886>, gdzie można obejrzeć nasze prace.

Szczegółowy opis projektu:

TYTUŁ: „A Taste of My Life” (Smak mojego życia).

JĘZYK WSPÓLPRACY: angielski.

WIEK UCZNIÓW: 11-19 lat.

NARZĘDZIA: email, forum internetowe, mp3, PowerPoint, strony internetowe.

ZADANIA:

1. Wycieczka do naszych ulubionych miejsc w mieście rodzinnym- uczniowie robią zdjęcia miejsc i przygotowują prezentację PowerPoint w języku angielskim.



2. Moje hobby- prezentacja PowerPoint.
3. Wybierz się ze mną na zakupy- prezentacja PowerPoint na temat miejsc, w których uczniowie najchętniej robią zakupy.
4. Zwierzęta domowe w Polsce- krótka charakterystyka najbardziej popularnych zwierząt domowych w naszym kraju, przeprowadzenie ankiety w wybranej klasie, opis wyników.
5. Legenda regionalna wyrażona przy pomocy innej formy artystycznej (rzeźba, komiks).
6. Nagranie audio lub wideo ulubionej piosenki polskiej.
7. Powitanie głosowe w języku polskim.

CELE ORAZ OCZEKIWANE REZULTATY: Uczniowie poznają zainteresowania oraz styl życia ich rówieśników z Anglii, Rumunii oraz Turcji, poszerzą wiedzę dotyczącą kultury i geografii Polski oraz krajów partnerskich, udoskonalą umiejętność posługiwania się narzędziami technologii informacyjno-komunikacyjnej, nauczą się w sposób bezpieczny i odpowiedzialny korzystać z Internetu, udoskonalą umiejętność posługiwania się językiem angielskim, będą potrafili porozmawiać na dowolnie wybrany przez nich temat.

Poniżej fragment prezentacji zatytułowanej „Moje ulubione miejsca w Kielcach” wykonanej przez uczestników zajęć z naszej szkoły.

IN THE ARTISTS' SQUARE THERE IS THE MONUMENT OF A WILD BOAR, WHICH REFERS TO THE LEGEND ABOUT THE NAME OF OUR CITY. THE LEGEND IS PRESENTED ON BOARDS PLACED AROUND THE MONUMENT.



THE MUSEUM OF TOYS IN KIELCE IS THE BIGGEST AND THE OLDEST ONE IN POLAND. INSIDE THERE ARE OVER A DOZEN EXHIBITIONS, FOR EXAMPLE THE EXHIBITION WITH DOLLS OR REGIONAL AND FOLK TOYS. EVERY DAY AT TWELVE O'CLOCK A WITCH FLIES OUT FROM THE SOUTHERN TOWER. PHOTOS IN THE COURTYARD OF THE MUSEUM.



IN THE CITY CENTRE THERE ARE A LOT OF CAFES. THIS IS OUR FAVOURITE ONE.



STANISLAW STASZIC'S CITY PARK IS ONE OF THE OLDEST PARKS IN OUR COUNTRY. IN THE PARK THERE ARE SEVERAL STATUES, FOR EXAMPLE, THE STATUE OF STEFAN ZEROMSKI. IN THE CENTRE OF THE PARK THERE IS A FOUNTAIN WITH A FOUNTAIN, WHICH HAS THE SHAPE OF A FISH.

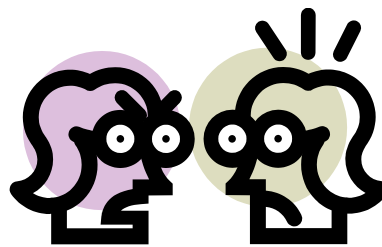


OPRACOWAŁA: *Monika Rozdziałowska*



Wstęp

Współczesne życie niesie nam coraz więcej zagrożeń, sporów i nieporozumień. Ponieważ każdy musi się z nimi zmagać, warto się nad tym zjawiskiem głębiej zastanowić i może znaleźć pewne wskazówki. W życiu codziennym każdemu człowiekowi towarzyszy słowo lub gest. Przebywając wśród ludzi wchodzimy z nimi w różne relacje i przekazujemy sobie nawzajem informacje.



Artykuł ten to teoretyczne rozważania na temat pomocnych i niezbędnych umiejętności nauczyciela w zakresie kontaktów interpersonalnych, jak i komunikacyjnych w prawidłowym kierowaniu procesem wychowawczym i dydaktycznym.

Konflikt

Konflikt jest naturalną cechą każdej organizacji szkolnej. Pojęcie konfliktu nie jest jednoznaczne, w związku z czym, wyróżnia się wiele ich rodzajów. Do najważniejszych należą konflikty z ludźmi, tzw. interpersonalne, rozgrywane na tle przekonań lub interesów. Konflikty nie rozwiązują się same, konflikty rozwiązują mediatorzy stosując prezentowany poniżej schemat:

Praktyczne wskazówki dotyczące konstruktywnego rozwiązywania konfliktu

- Traktuj konflikt jako coś naturalnego - nie wini siebie i innych za jego pojawienie się.
- Dbaj o zachowanie obiektywizmu w widzeniu sytuacji, siebie i partnera.
- Staraj się uzyskać jak najwięcej informacji o ważnych aspektach sytuacji konfliktowej - bądź dobrze poinformowany.
- Dokładnie upewnij się, na czym ci zależy, a z czego możesz zrezygnować, przeprowadź bilans zysków i strat w konflikcie.
- Staraj się nie przeceniać własnych interesów.
- Bierz odpowiedzialność za bieg konfliktu.
- Bądź elastyczny w doborze sposobów rozwiązania konfliktu.
- Opracuj optymalną strategię działań w konflikcie i szczegółowe taktyki postępowania w zakresie przyjętej strategii.
- Bądź twórczy w poszukiwaniu nowych możliwości rozwiązania konfliktu.
- Upieraj się przy ważnych dla ciebie sprawach.
- Uwzględniaj potrzeby partnera i możliwości ich zaspokojenia.
- Bądź krytyczny wobec siebie i własnego postępowania.
- Nie wymagaj szczególnego traktowania własnej osoby.
- Staraj się poznać i zrozumieć, na czym zależy partnerowi.
- Poważnie i odpowiedzialnie traktuj sprawy i problemy partnera.
- Staraj się znaleźć jakieś pozytywne cechy u partnera, ułatwi ci to współpracę z nim.
- Kontroluj swoje emocje, a emocje negatywne okazuj w sposób możliwy do przyjęcia przez partnera.
- Przestrzegaj zasad dobrej komunikacji w prowadzeniu rozmów z partnerem.
- Pozostaw partnerowi możliwość posiadania własnych przekonań.
- Szanuj uczucia partnera i ważne dla niego wartości.



- Okazuj zainteresowanie partnerem.
- Reaguj na zmiany zachodzące w drugiej osobie i jej postępowaniu.
- Ochładzaj emocje partnera.
- Nie podejmuj działań wobec partnera, których będziesz potem żałował.
- Czasem zwolnij bieg wydarzeń, aby spokojnie przemyśleć drogi rozwiązania konfliktu.
- Ustal jasny i zrozumiały kontrakt z partnerem.
- Pielęgnuj przekonanie, że konflikty są możliwe do rozwiązania, gdy się nimi kompetentnie zajmujemy.

Krytykowanie

Klucz do skutecznej krytyki zawarty jest w jej klimacie. Jeśli krytykujesz kogoś przede wszystkim po to, aby mu powiedzieć co o nim myślisz, aby mu nagadać, wygarnąć – wówczas krytyka ta nie przyniesie ci niczego oprócz ulgi wynikającej z wyładowania złości i prócz rozgniewania rozmówcy – nikt, bowiem, nie lubi być krytykowany.

Jak krytykować?

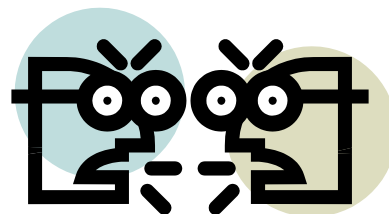
1. Kieruj uwagi wyłącznie do osoby, której dotyczą.
2. Nie wypowiadaj swoich zarzutów pod obecność osób trzecich.
3. Nie porównuj zachowania osoby krytykowanej do zachowania osób innych, na przykład: lepszych.
4. Wypowiadaj zarzuty możliwie najszybciej po fakcie.
5. Nie powtarzaj zarzutu, jeżeli osoba przyjęła go już do wiadomości.
6. Krytykuj tylko to, co można zmienić.
7. Wyrażaj niezadowolenie głosem, nie grymasem twarzy.
8. Staraj się wypowiadać tylko jeden zarzut.
9. Nie poprzedzaj zarzutów wstępem: „od dawna chcę ci powiedzieć”.
10. Nie przepraszaj za swój zarzut.
11. Unikaj złośliwości, sarkazmu.
12. Nie pytaj ludzi dlaczego robią to, co krytykujesz.
13. Przeciwcz wcześniej swą krytyczną wypowiedź.
14. Stawiaj zarzut, nie charakteryzuj motywów danej osoby.
15. Unikaj słów: „zawsze”, „nigdy”.

Warunek skutecznej krytyki:

Jeśli nigdy nie chwalisz tej osoby – nie spodziewaj się pozytywnego oddźwięku na krytykę.

Jak wysłuchać krytyki?

1. Zachowaj spokój, słuchaj!
2. Nie wypaczaj zarzutów.
3. Patrz na osobę, która do Ciebie mówi.
4. Nie zmieniaj tematu rozmowy.
5. Nie krytykuj tej osoby.
6. Staraj się jak najlepiej pojąć zarzut.
7. Nie sprawiaj wrażenia, że rozmówca psuje ci nastrój.
8. Nie dopatruj się wrogich pobudek.
9. Nie mów, że osoba ta jest przewrażliwiona.
10. Daj do zrozumienia, że pojąłeś zarzut.
11. Nie dowcipkuj.



Komunikacja

Komunikowanie się jest procesem, bez którego nie są możliwe kontakty międzyludzkie - procesem, który należy traktować... jako wzajemne oddziaływanie społeczne za pomocą komunikatów. Termin „wzajemne oddziaływanie” zwraca uwagę na ważny element, a mianowicie na sprzężenie zwrotne, bez którego nie ma prawidłowej komunikacji. Komunikujemy się wtedy, gdy przekazujemy informacje, sprawdzamy czy dotarły, prosimy o wyjaśnienia, oraz nawzajem przekazujemy sobie własne interpretacje. **Bez sprzężenia zwrotnego mamy do czynienia jedynie z monologiem nadawcy komunikatu.** Nawet jeżeli zamiar przekazu w komunikowaniu jest w istocie jednostronny, to **sam proces wymaga wymiany dwustronnej, albowiem sprzężenie zwrotne jest istotnym wzbogaceniem procesu komunikacji** i obejmuje te same etapy co pierwotne komunikowanie się nadawcy z odbiorcą przez odwrócenie tego procesu, ponieważ odbiorca staje się jednocześnie nadawcą komunikatu. Upewniamy się także, czy informacja dotarła i czy właściwa jest jej percepcja.

Bariery komunikacyjne

krytykowanie obrażanie orzekanie chwalenie połączone z oceną	osądzanie
rozkazywanie grożenie moralizowanie nadmierne, niewłaściwe wypytywanie	decydowanie za innych
doradzanie zmienianie tematu logiczne argumentowanie pocieszanie	uciekanie od cudzych problemów

Psychologowie odkryli, że 7% informacji przekazywane jest przez ludzi przy pomocy mowy. Za to 38% stanowią informacje wyrażone tonem głosu, a 55% to sygnały płynące z języka ciała. Ponadto okazało się, iż komunikaty przekazywane przez ludzkie ciało, nie dość że wysyłane spontanicznie, często bywają sprzeczne z informacjami przekazywanymi ustnie. Dlatego tak ważna jest wiedza, jak rozpoznać wiele z komunikatów niewerbalnych i jak taką wiedzę wykorzystać.

Elementy składowe zachowań niewerbalnych

Kontakt fizyczny z rozmówcą

wyciągnięcie ręki na powitanie	chęć nawiązania kontaktu
mocny uścisk	pewność siebie, zdecydowanie
mokre dłonie	zdenerwowanie
poklepywanie po ramieniu	protekcjonizm
sadzanie rozmówcy za biurkiem, w znacznej odległości	unikanie kontaktu

Odległość między rozmówcami

oddalanie się	poczucie zagrożenia, dyskomfort psychiczny
przybliżanie się	poczucie bezpieczeństwa, dążenie do bliższego kontaktu, rosnące zainteresowanie



Wzajemne położenie	
siedzenie na wprost rozmówcy	otwartość na wymianę informacji
siedzenie bokiem do rozmówcy	brak zainteresowania, znudzenie
pochylenie się w stronę rozmówcy	zainteresowanie
bujanie się na krześle	obawa, lęk, wzrastające zdenerwowanie
Kontakt wzrokowy	
patrzenie na rozmówcę	zainteresowanie, zaufanie
odwracanie wzroku	nieufność, unikanie kontaktu
patrzenie w dół	wstyd, zażenowanie
brwi zmarszczone	smutek, z troską lub złością
oczy nieruchomo wpatrzone w jeden punkt	zaabsorbowanie, lęk, niepokój
rozglądanie się dookoła	brak zainteresowania
Wyraz twarzy	
zaciśnięte usta	złość lub wrogość
otwarte usta	zaskoczenie, zdziwienie lub znudzenie
przygryzienie wargi	smutek, rozżalenie, zdenerwowanie
zarumienienie twarzy, wypieki	lęk, wstyd, zakłopotanie
Gestykulacja	
wzruszanie ramionami	niepewność, brak zdecydowania, lekceważenie, brak zainteresowania
drżenie rąk	silny lęk lub złość
dłonie zaciśnięte w pięść	silny lęk lub złość
ręce rozluźnione, dłonie gestykulują	otwartość, zainteresowanie
ręce sztywne, brak gestów	napięcie psychiczne
palce uderzają o stół	złość, zniecierpliwienie lub lekceważenie
stykanie stopy	niecierpliwość, niepokój, chęć zakończenia rozmowy
pocieranie karku	frustracja, gniew
Pozycja ciała	
sztywne siedzenie	niepewność, napięcie, lęk
zgarbienie się	smutek, przygnębienie lub zamykanie się w sobie
siedzenie na brzegu krzesła	niepewność, zdenerwowanie
skrzyżowanie rąk na piersi	odmowa, niechęć, unikanie kontaktu
ręce w kieszeniach	brak pewności siebie, nieufność
ręce trzymane z tyłu	pewność siebie
Ruchy głową	
kiwanie głową w pionie	zgoda, zrozumienie, uważne słuchanie
kręcenie głową w poziomie	niezgoda, brak zrozumienia
opuszczanie głowy	smutek, rozpacz, przygnębienie
pochylenie głowy na bok	uległość

Umiejętność słuchania

Wartość słuchania jest oczywista. Jeśli nie słuchamy nie rozumiemy tego, co dociera do naszych uszu. Słuchanie dzieci, rodziców z powagą oraz uwagą jest jednym z najlepszych sposobów pokazania, że są ważni. Daje im to poczucie bezpieczeństwa.

Osoby uważnie słuchane są o wiele bardziej skłonne do współpracy, czy ustępstw.



Efektywne słuchanie polega nie tylko na wsłuchiwaniu się w to, co mówią inni, ale również na słuchaniu samego siebie. Przysłuchiwanie się temu, co mówimy i kontrolowanie tego, jak mówimy może nam dostarczyć dużo informacji o sobie samym, o sposobie widzenia innych oraz świata.

Dziesięć przykazań dobrego słuchania

1. Nie prowadź rozmów „na boku”, kto mówi ten nie słucha.

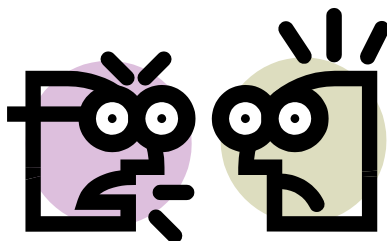
„ *Gdy mówisz, wypowiadasz jedynie to, co już znasz. Gdy słuchasz, uczysz się tego, co wie ktoś inny.* ” (Steve Brown, „*Jak. mówić, aby ludzie słuchali*”)

2. Rozluźnij partnera, pokaż mu, że można spokojnie rozmawiać, stwórz atmosferę zaufania.
3. Pokaż, że chcesz słuchać, wykaż zainteresowanie. Trzeba słuchać, żeby zrozumieć.
4. Zostaw na boku inne sprawy /np. rozmowy telefoniczne/.
5. Wczuj się w sytuację partnera.
6. Bądź cierpliwy, nie spiesz się.
7. Opanuj się, gdy się zdenerwujesz /możesz przecież np. źle zinterpretować słowa swojego rozmówcy/.
8. Nie pozwól się wyprowadzić z równowagi. Nie reaguj kłótnią, bo nawet jeżeli zwyciężysz, to i tak już przegrałeś.
9. Dopytuj - to zachęca partnera do rozmowy.
10. Zachowaj równowagę - umiar w skłonności do mówienia. Natura dała człowiekowi dwoje uszu i jeden język.

Podsumowanie

Umiejętność porozumiewania się odgrywa ogromną rolę zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym każdego człowieka. Nasze sukcesy czy porażki, zadowolenie bądź przeżywane stresy zależą w dużej mierze od tego, w jaki sposób nawiązujemy kontakty, prowadzimy rozmowy i w ogóle komunikujemy się z innymi ludźmi. Wiele celów życiowych możemy realizować tylko poprzez zorganizowanie współdziałania i ciągłe komunikowanie się z innymi.

OPRACOWAŁA: *Renata Florin*



Bibliografia:

1. Argyle, M. (2002). Psychologia stosunków międzyludzkich. Warszawa: PWN.
2. Aronson, E. (1998). Człowiek istota społeczna. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN
3. Borkowski, J. (2003). Podstawy psychologii społecznej. Warszawa: Dom Wydawniczy ELIPSA
4. Cialdini, R.B., Neuberg, S.L., Kenrick, D.T. (2002). Psychologia społeczna. Gdańsk: GWP.
5. Dziewiecki, M. (2000). Psychologia porozumiewania się. Kielce: Wydawnictwo JEDNOŚĆ
6. Król-Fijewska, M. (1993). Trening asertywności. Warszawa: PTP.
7. Mellibruda, J. (2003). Ja, ty, my. Psychologiczne możliwości ulepszania kontaktów międzyludzkich. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia PTP.
8. Sęk, H. (1988). Rola asertywności w kształtowaniu zdrowia psychicznego. Ustalenia teoretyczne i metodologiczne. "Przegląd Psychologiczny" 3, s. 787-808
9. Sęk, H. (2000). Społeczna psychologia kliniczna. Warszawa, PWN.
10. Skarżyńska, K. (1981). Spostrzeganie ludzi. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN



ROLA I ZNACZENIE ĆWICZEŃ ŚRÓDLEKCYJNYCH I MIĘDZYLEKCYJNYCH

W wychowaniu dzieci i młodzieży bardzo ważnym elementem jest wyrobienie u niej nawyków higieny fizyczno – psychicznej. Harmonijny rozwój młodego organizmu i jego zdrowie w dużej mierze zależy od prawidłowej postawy ciała. Nauczyciele wychowania fizycznego i gimnastyki korekcyjnej poświęcają najwięcej czasu w/w kwestii. Jednakże na każdym zajęciach wszyscy nauczyciele mają obowiązek zwracać baczną uwagę i dbać o prawidłową postawę swoich wychowanków.



Długotrwała praca umysłowa ucznia w szkole powoduje zmęczenie i znużenie, w wyniku którego obniża się sprawność umysłowa oraz powstają warunki do zarysowania się wad postawy ciała. W tym momencie ćwiczenia śródlekcyjne i międzylekcyjne są niezbędne. Spowodują pożądane zmiany postawy, wprowadzą dobry nastrój w klasie, spowodują odprężenie całego organizmu, przyspieszą krążenie krwi, pogłębią oddech, co w efekcie podniesie sprawność umysłową uczniów

Ćwiczenia śródlekcyjne odbywają się w sali lekcyjnej przy otwartych oknach, trwają od 2 do 4 minut, powinny być stosowane prawie na każdej jednostce lekcyjnej, stanowią integralną część procesu nauczania i wychowania, mobilizować uczniów do pracy, by podnieść efekt lekcji. W klasach I – III powinny być w formie zabawowo – zadaniowej, a w klasach IV – VI mogą być w formie ścisłej.

Z uwagi na to, iż muzyka jest elementem ważnym, atrakcyjnym, wzbogacającym ćwiczenia odprężającym psychicznie, wszelkie próby jej wprowadzenia zasługują na jak największe poparcie. Pamiętając jednakże, że podczas lekcji nie przerw, gdzie naturalna potrzeba ruchu po 45 minutach siedzenia w ławce, jest wartością nadrzędną.

Ćwiczenia śródlekcyjne mają więc na celu:

- Przeciwdziałanie skutkom zmęczenia nagromadzonego w czasie pracy ucznia w szkole
- Ożywienie funkcji wegetatywnych, zwłaszcza pobudzenie czynności płuc i serca
- Korekcję postawy przez wszechstronne zaangażowanie układu kostno – stawowego i mięśniowego
- Odciążenie analizatora wzrokowego i słuchowego
- Kształtowanie nawyku stosowania aktywnego wypoczynku w trakcie pracy

Ćwiczenia śródlekcyjne powinno się prowadzić według określonego toku :

- **Ćwiczenia mięśni szyi** – wolne lub szybkie skłony, skręty i krążenia głowy. Celem ich jest prawidłowe ustawienie głowy i kształtowanie naturalnych krzywizn kręgosłupa.
- **Ćwiczenia ramion** – angażują przede wszystkim mięsie obręczy barkowej, ramion, przedramion i dłoni. Są to skurcze, wymachy, przemachy, rzuty, wyprosty i krążenia jednorącz i oburącz, wykonywane w różnych kierunkach i tempie.



ZESTAWY ĆWICZEŃ ŚRÓDLEKCYJNYCH

Klasy I – III

Zestaw I

- Skłony głowy w bok na przemian w lewo i prawo (ruch wahadła zegara).
- Wskazywanie ręką : okien, ścian, sufitu – na przemian.
- W rozkroku ręce splecione z przodu – skłon tułowia w przód i w tył (naśladowanie rąbania drewna).
- Dwójkami do siebie zwrot – chwyt za ręce –równoczesne przysiady i powrót do postawy (zanurzanie się do wody). Powtórzyć kilka-krotnie.
- W postawie swobodnej śpiew(jedna zwrotka z repertuaru klas I – III).



Zestaw II

- Skłony głowy w przód i w tył z przyciąganiem brody – (koń kiwa głową).
- Wzniesienie ramion w bok i opuszczenie ich w dół – (kołysanie gałęzi pod wpływem wiatru).
- Siedząc w ławce skłon tułowia w przód i wyprost z równoczesnym uniesieniem głowy do góry (kurka pije wodę).
- W przysiadzie palce rąk dotykają podłogi, przejście do wspięcia z przeniesieniem ramion w wwyż (krasnoludki – olbrzymy).
- Ćwiczenie oddechowe: silny wydech (dmuchanie na gorące mleko).

Zestaw III

- Siad w ławkach – przykładanie ucha do pulpitu na przemian lewego i prawego (nasłuchiwanie zbliżającego się pociągu).
- W postawie zasadniczej – ramiona wwyż – swobodne ruchy dłoni w stawach nadgarstkowych (pożegnanie odjeżdżających).
- Siad w ławkach – skłon tułowia w przód i wyprostowanie ramion w przód – wyprost tułowia i skurcz ramion (wiosłowanie).
- Marsz w miejscu z równoczesnym unoszeniem kolan oraz ruchami ramion (pociąg towarowy – ze skandowaniem : to – wa – ro – wy).
- Ćwiczenia oddechowe : chuchanie na zmarznięte ręce.

Zestaw IV

- Skłony głowy w bok na przemian w prawo i lewo (naśladowanie pracy wahadła zegara).
- Ramiona w poziomie skurczone – wyprost ramion w bok (rozrywanie płótna).
- Podskoki jednoonóż na lewej i prawej nodze (naśladowanie wylewania wody z ucha).
- Bieg w miejscu na palcach stóp.
- Ćwiczenia oddechowe: imitujemy nadmuchiwanie balona – wdych nosem, wydech ustami.

Zestaw V

- Krążenia głowy raz w prawo raz w lewo (uchylanie głowy przed natrętną muchą).
- W małym rozkroku lewa ręka lekko ugięta w łokciu zatacza raz małe potem duże koła – to samo ręka prawa (kręcenie małej i dużej korby).
- W postawie zasadniczej – ramiona w bok – skłony tułowia na przemian w lewo i prawo (waga dwuramienna).
- W przysiadzie marsz w miejscu – przejście do wspięcia i dalszy ciąg marszu w miejscu (marsz krasnoludków i olbrzymów).
- Ćwiczenia oddechowe: marsz w miejscu ze śpiewem jednej zwrotki znanej piosenki.

Zestaw VI

- W postawie zasadniczej: ugniatanie kartki papieru z równoczesnym na przemian stronnym skrętem głowy (chorągiewka na wietrze).
- Podawanie kulki papieru z ręki do ręki z przodu w tył na wysokości linii barków.
- Wyrzut kulki papieru jednorącz w górę podbicie kulki dłonią, chwyt jednorącz (uderzanie piłeczki rakieta).
- W postawie zasadniczej przeskoki obunóż przez kulkę papieru leżącą na podłodze. Przeskoki w przód, w tył, w prawo i lewo (skacząca piłeczka).
- Ćwiczenia oddechowe: dmuchanie na kartkę papieru utrzymując ją jak najdłużej w powietrzu.



Zestaw VII

- Skręty głowy z lewa na prawo (oglądanie się za siebie).
- Sięganie ręką w górę raz lewą raz prawą (zrywanie owoców).
- Siedząc w ławce dotknąć czołem pulpitu – wyprost i spojrzeć na sufit (gąska pije wodę).
- Podskoki rozkroczne z równoczesnym wymachem ramion w bok (podskoki pajaca).
- Ćwiczenia oddechowe: głęboki wdech i wydech w formie okrzyku „a....psik,, (kichnięcie).

Zestaw VIII

- Siedząc w ławce – skłony głowy w przód i w tył (potakiwanie), oraz skręty głowy w prawo i lewo (przeczenie).
- W postawie zasadniczej skurcz ramion pionowy – ruch kołowy łokciami (mały wiatraczek).
- Półprzysiady – rytmiczne wspięcie i powrót do półprzysiady (sprężynka)
- Marsz z wysokim unoszeniem kolan (jazda na rowerze).
- Ćwiczenia oddechowe: naśladowanie gry na puzonie - głębokie wdechy i wydechy.

Zestaw IX

- W postawie zasadniczej: skręt głowy w lewo z równoczesnym skłonem w tył, na przemian (oglądanie lecącego samolotu).
- W postawie zasadniczej – ręce zwinęte w pięść – równoległe wymachy ramion w przód w tył (huśtawka).
- W małym rozkroku: półprzysiady i wspięcia z równoczesnym unoszeniem ramion wwyż (wieszanie bielizny).
- Podskoki w miejscu z ćwierć obrotem wokół własnej osi w prawo i lewo. Ćwiczenia oddechowe: głęboki wdech – kto dłużej będzie śmiać się: ha – ha.



Klasy IV – VI

Zestaw I

- Siedząc w ławce skłony głowy w prawo i w lewo starając się uchem dotknąć barku.
- Siedząc w ławce dłonie splecione za szyją i wykonanie skrętów tułowia w lewo i w prawo.
- W postawie zasadniczej: wykonywanie drobnych podskoków z równoczesnym ruchem ramionami i głową (naśladowanie ruchów boksera).
- W postawie zasadniczej: energiczne tupnięcia prawą i lewą nogą (wbijanie kołka w ziemię).
- Ćwiczenia oddechowe: wspięcie na palce ramio-na przodem w górę - wdech, opad tułowia w przód - wydech.

Zestaw II

- Siedząc w ławce krążenia głowy w prawą i lewą stronę.
- W małym rozkroku – ramiona w bok – zataczanie od małych do coraz większych kótek, aż do pełnego krążenia ramion wprzód i w tył.
- W rozkroku – ramiona w górze – skłon w przód (naśladowanie ruchów drwala).
- W postawie zasadniczej: niskie podskoki obu-nóż – na kłaśnięcie wysoki wyskok w górę.
- Ćwiczenia oddechowe: marsz w miejscu – wpięcie na palcach – wdech, na całych stopach – wydech.

Zestaw III

- W postawie zasadniczej, stopy złączone, ramio-na w przód – krążenia głowy w lewo i w prawo z jednoczesnym opuszczaniem i kilkakrotnym strzepnięciem rąk.
 - Dłonie uniesione pod brody – wymachy w bok i powrót dłoni na wysokość brody.
 - Stanie w rozkroku – skłon tułowia w przód, wyprost z odmachem ramion w górę skos.
 - W postawie zasadniczej bieg w miejscu z wysokim unoszeniem kolan, na kłaśnięcie przejście do marszu.
 - Ćwiczenie oddechowe: stojąc twarzą do otwartego okna wykonujemy głębokie oddechy – wdech nosem, wydech ustami.



Zestaw IV

- W postawie zasadniczej: rysowanie głową litery np. I, O Z W.
- Siedząc w ławce dotknąć prawą ręką lewej łopatki, lewą ręką prawej łopatki.
- W lekkim rozkroku – ramiona w bok – skłony tułowia w lewą i prawą stronę.
- W postawie zasadniczej: wspięcie na palce – rytmiczne podskoki w miejscu.
- Ćwiczenia oddechowe: wspięcie na palcach z jednoczesnym wznosem ramion bokiem w górę i wdechem przez nos, powrót do postawy z wydechem przez usta.



Zestaw V

- Siedząc w ławce, pisanie głową swojego imienia.
- Marsz w miejscu – krążenia prawej ręki w przód z jednoczesnym krążeniem lewej ręki w tył i odwrotnie.
- W postawie zasadniczej: skłon tułowia w przód z trzykrotnym pogłębieniem i akcentem dłoni o uda, podudzia i stopy.
- Ćwiczenia oddechowe: ramiona w górę grzbietem dłoni – wdech „otarcia potu z czoła” opuszczenie ramion (wydech).

Zestaw VI

- Stanie w rozkroku z zeszytem na głowie – skłon głowy w przód i chwyt zeszytu przed sobą.
- W postawie zasadniczej – ramiona w bok – przekładanie zeszytu z ręki do ręki nad głową (ręce wyprostowane w stawach łokciowych).
- W lekkim rozkroku, skręt tułowia w prawo – położenie za sobą zeszytu prawą ręką, skręt w lewo – zabranie zeszytu lewą ręką.
- W postawie zasadniczej: zeszyt leży na głowie – powolny przysiad i powrót do postawy.
- Ćwiczenia oddechowe: głęboki wdech nosem, wydychając powietrze próba przewrócenia kartek w zeszytcie.

Zestaw VII

- W postawie zasadniczej: skręty naprzemian-stronne głowy.
- Ramiona w poziomie skurczone – wyprosty ramion w bok (rozsuwanie gałęzi).
- W małym rozkroku – dłonie splecione nad głową – krążenia tułowia.
- Bieg w miejscu na palcach na kłaśnięcie uderzanie piętami o pośladki.
- Ćwiczenia oddechowe: naśladowanie gry na trąbce (wdech nosem, wydech ustami).

OPRACOWAŁA: *Ewa Ścibisz*



MOJE DZIECKO JEST NADPOBUDLIWE W SZKOLE

Uczę w szkole i mając do czynienia co trzy lata z inną grupą dzieci, śmiem stwierdzić, iż coraz większa liczba uczniów w pierwszych latach nauki ma problemy z przystosowaniem się do warunków szkolnych. Zmusiło mnie to do zainteresowania się tym tematem, a równocześnie do podzielenia się spostrzeżeniami, po przeczytaniu lektury Artura Kołakowskiego „Dziecko nadpobudliwe w szkole. Objawy i systemy pomocy”.



Dziecko nadpobudliwe w klasie absorbuje bardzo wiele energii i czasu nauczyciela, ta sama uwaga może zostać poświęcona zamiast na nieustanną walkę z dzieckiem na pomoc mu. *Nie bardzo można zmienić dziecko, można mu jednak pomóc dostosować się do ogólnych wymogów szkoły.* Istnieje trochę sposobów pracy z dzieckiem nadpobudliwym, wymagają one zawsze wiele zaangażowania ze strony nauczyciela.

Pracując z dzieckiem nadpobudliwym warto:

- poświęcać mu dużo uwagi
- wzmacniać wszystkie przejawy pożądanego zachowania
- stosować zrozumiałe dla dziecka reguły
- być konsekwentnym
- przekazywane treści powinny być jasne, proste, krótkie, a wszelkie konsekwencje (pozytywne i negatywne) natychmiastowe
- pomóc nadpobudliwemu dziecku zorganizować świat wokół siebie
- stosować zrozumiałe dla dziecka system pochwał i kar

I. *Parallel teaching – równoległe, jednoczesne przekazywanie wiedzy szkolnej i zasad zachowania na lekcji.*

Ta technika zakłada, że rolą nauczyciela jest nie tylko przekazywanie wiedzy, ale także nauczenie dzieci przestrzegania zasad i norm społecznych. Nauczyciel w sposób aktywny ma budować kontakt z uczniami – zauważać i wspierać ich mocne strony, ale także w świadomy sposób próbować pracować nad trudnymi zachowaniami lub deficytami uczniów. Zasada nauczania indywidualnego mówi o znacznie posuniętej indywidualizacji pracy z uczniem. Podczas nauczania równoległego tj., przekazywania materiału szkolnego i jednoczesnego kierowania zachowaniem i uwagą uczniów, prowadzący lekcję nauczyciel powinien wykorzystywać specjalne metody interwencji.

Podstawowymi sposobami radzenia sobie z dziećmi, dla utrzymania ich uwagi i powstrzymania przed zaprezentowaniem niepożądanych zachowań powinny być:

- Obserwowanie wszystkich uczniów w klasie
- Włączenie uczniów do uczestnictwa w lekcji
- Wprowadzenia zasad postępowania i zachowania się na lekcji
- Dawanie jasnych poleceń
- Komunikatów zwrotnych dotyczących zachowania dziecka
- Chwalenie
- Ww. metody nauczyciel stosuje dla osiągnięcia lepszych efektów nauczania, czyli stosuje je tak, jak dobry kucharz przyprawy.

Proszę przypatrzeć się nadpobudliwemu uczniowi

Wiele informacji o dziecku i jego sytuacji może dać rozmowa z rodzicem. Być może, warto zaproponować rodzicom i dziecku konsultację w specjalistycznej poradni.

Techniki podstawowe (wymagają małego nakładu środków).



- Właściwe usadowienie ucznia w klasie i w domu przy odrabianiu lekcji.
- Ławka nadpobudliwego dziecka powinna być usytuowana w pobliżu nauczyciela (blisko jego biurka lub tablicy)
- Plecami do reszty kolegów
- W towarzystwie dobrych uczniów, (ale nie najlepszych przyjaciół)
- Z daleka od łatwo rozpraszających elementów środowiska (okno, drzwi, ruchome elementy)
- Niektóre dzieci potrzebują dużo przestrzeni, dla nich może być odpowiednie posadzenie z tyłu klasy. W takiej sytuacji jednak nauczyciel częściej podchodzi do ucznia i sprawdza, jak idą postępy w pracy.
- Oznaczenie granic – zachowania i przestrzeni (ławka dziecka , przestrzeń gdzie może się poruszać, wyznaczenie jasnych reguł zachowania w konkretnych sytuacjach).

Powinno się jasno określić granice przestrzeni należącej do ucznia, dzieci z ADHD mają tendencję do zagarniania przestrzeni innych, mogą też potrzebować więcej przestrzeni. Przedszkolaki podczas zajęć na podłodze powinny mieć jasno wyznaczony kąt.

II. *Okulary na nadpobudliwość – metody specyficznie nakierowane na radzenie sobie z objawami nadpobudliwości, a więc: nadruchliwością, impulsywnością i deficytami uwagi*

Zmiana sposobu nauczania

Poprawianie umiejętności organizacyjnych. Będąc nauczycielem należy nadawać strukturę zadaniom i działalności ucznia. Dziecko nadpobudliwe ma ogromne trudności w organizowaniu sobie pracy i wszelkich życiowych aktywności, co prowadzi do wielu trudności w kończeniu prac etc. Przedstawione sugestie mogą pomóc dziecku planować i przygotowywać się do zadań, wybierać najważniejsze cele, dokańczać zadania.

5 zasad zachowania na lekcji mogłoby brzmieć:

1. siedź na swoim miejscu
2. zajmij się swoim zadaniem
3. nie rozglądaj się dookoła
4. nie zaczepiaj kolegów
5. pracuj



Mogą one być wywieszane w widocznym miejscu, tak aby można się było do nich odwołać. Mając nadpobudliwego ucznia w klasie będzie to bardzo często konieczne. Co ważne, odwołanie się do reguł jest upomnieniem, natomiast nie oskarża ucznia i go nie piętnuje. Należy ustanowić czynności porządkowe i przygotowujące do pracy. Wypisać na kartce przeznaczonej dla dziecka listę potrzebnych do przygotowania na kolejne zajęcia przedmiotów i materiałów. Lista taka winna zawierać najpotrzebniejsze rzeczy. Uczeń powinien mieć sporządzony jasny i przejrzysty plan godzin lekcyjnych, informujący go o tym, co i kiedy powinien robić. Pod koniec lekcji należy sprawdzić, czy ma zanotowane, co i na kiedy ma przygotować w domu. Podczas zajęć składanie materiałów dokończonych po jednej stronie ławki, a rozkładanie nowych po przeciwnej.

Pobudzanie uwagi dziecka

Nieuwaga jest charakterystyczną cechą nadpobudliwego dziecka, ale specjalne techniki mogą mu pomóc koncentrować się i utrzymać uwagę na zadaniu. Zadania i nauczane treści powinny być przekazywane w bardzo szybki, skrótowy sposób, dostosowany do możliwości koncentracji dziecka. Powinny być też prezentowane w małych „dawkach”, a nie wszystko w jednym czasie. Można wykorzystać krótki czas koncentracji dziecka pracując z zegarkiem. Zadaniem dziecka musi być zrobienie zadania przed upłynięciem wyznaczonego czasu. Konieczne przy tym jest natychmiastowe sprawdzenie poprawności zadania.

- skracanie zadania poprzez dzielenie go na mniejsze zadania cząstkowe
- zadawanie mniej materiału na raz
- skracanie prac domowych do mniejszej ilości zadań
- zamiast długich sesji ćwiczeniowych wymagających koncentracji przygotowanie większej ilości krótszych i bardziej intensywnych okresów ćwiczeń



- urozmaicenie zadań i przygotowanie ich w sposób interesujący dla ucznia, przeplatanie mniej interesujących fragmentów ciekawszymi
- warto starać się czymś zaskoczyć ucznia, nowe i oryginalne zadania są dla niego bardziej zajmujące i pozwalają lepiej się skoncentrować
- korzystanie z materiałów, które można dotknąć, manipulować
- proponowanie aktywności, które wymagają zaangażowania ucznia, czynnej dyskusji
- korzystne jest ilustrowanie materiału schematami, podawanie uczniom różnych metod
- zachęcanie dzieci do pracy z rodzicami, do pracy w mniejszych grupach, do uczestnictwa w zajęciach pozalekcyjnych

Poprawianie zdolności słuchania

Nadpobudliwi uczniowie często niedosłyszą i nie zarejestrują ważnych instrukcji. Często w ogóle nie słyszą, co się do nich mówi. Brakuje im umiejętności aktywnego słuchania. Pomocne dla uczniów w aktywnym słuchaniu mogą być następujące techniki:

- przygotowanie krótkich instrukcji, złożonych z prostych krótkich zdań
- powtarzanie instrukcji tak często jak to potrzebne
- nakłanianie uczniów do powtórzenia instrukcji po jej usłyszeniu, a później do powtórzenia jej sobie jeszcze raz, w ten sposób rozwija się umiejętność słuchania i zapamiętywania
- informowanie uczniów o tym, że komunikuje się najważniejsze wiadomości poprzez używanie kluczowych zdań typu: „to jest ważne, proszę słuchać” lub „to będzie na egzaminie”
- korzystanie dla zilustrowania i podkreślenia informacji z pomocy wizualnych (obrazki, schematy, zapisanie na tablicy)

Nauczanie przez rówieśników

Korzystne dla dziecka nadpobudliwego może być nauczanie przez grupę rówieśników. Jest to model nauczania, w którym dzieci pracują w parach, jedno dziecko przybiera rolę nauczyciela instruuje drugie dziecko. Mogą to być pary równo-wiekowe, jak i dobrane pośród dzieci w różnym wieku. Bardzo korzystne dla dziecka nadpobudliwego jest połączenie go w parę z sumiennym i pilnym dzieckiem. Inną metodą może być nauka we współpracującej grupie, kiedy cała klasa podzielona jest na 4-5 osobowe zespoły, członkowie zespołu wzajemnie się monitorują, pomagają, zapewniają komunikaty zwrotne.

Czasami nawet pewne drobne zmiany mogą spowodować polepszenie. Dlatego warto korzystać z różnych form sprawdzania wiadomości np. pozwolić uczniom odpowiadać ustnie zamiast pisać. Dziecko nadpobudliwe zwykle dobrze koncentruje się podczas odpowiedzi ustnej, natomiast w czasie prac pisemnych popełnia błędy wynikające z nieuwagi: nie doczytuje do końca poleceń, myli się przy przepisywaniu, bardzo źle wypada w testach wielokrotnego wyboru. Takie dziecko ma duże problemy z systematyzowaniem wiedzy, warto je informować o tym, jak treści, których aktualnie się uczą pasują do pełnego obrazu wiedzy, czego już się nauczyły, co mają w planach. Korzystne jest też pokazywanie dziecku wszelkich analogii i połączeń pomiędzy różnymi nauczonymi partiami materiału.

Trudnym zadaniem dla osób nadpobudliwych jest właściwe rozplanowanie czasu. Te dzieci często natychmiast odrywają się od wykonywanego zadania i angażują w inne atrakcyjniejsze. We właściwym rozporządzeniu czasem mogą mu pomóc: ustalenie planu pracy i przygotowanie spisu, który pomoże rozplanować wykonanie jakiegoś zadania oraz nakłanianie ich do zaznaczania (odhaczania) czynności, które już wykonali.



W następnym artykule przekażę państwu informację o dziecku z ADHD.

OPRACOWAŁA: Jadwiga Grzyb

Bibliografia:

1. Artur Kołakowski, Agnieszka Pisula, Magdalena Skotnicka, Tomasz Wolańczyk – „Dziecko nadpobudliwe w szkole. Objawy i systemy pomocy” Cialdini, R.B., Neuberg, S.L., Kenrick, D.T. (2002). Psychologia społeczna. Gdańsk: GWP.



KONSPEKT LEKCJI W KL. V "Uroczystości Najświętszego Ciała i Krwi Pańskiej"

WIODĄCE CELE KATECHETYCZNE

- ✚ Zapamiętanie prawdy, że w Eucharystii Chrystus daje nam siebie jako pokarm na drogę do wieczności.
- ✚ Postawa czci i szacunku dla Najświętszego Sakramentu. Przygotowanie do uroczystości Bożego Ciała.

SZCZEGÓŁOWE CELE OPERACYJNE

Wiedza

- ✚ uczeń poda, kiedy obchodzimy Uroczystość Ciała i Krwi Pańskiej;
- ✚ wie, jak świętujemy Boże Ciało.

Umiejętności

- ✚ uczeń potrafi zinterpretować wybrane teksty biblijne mówiące o Eucharystii;
- ✚ potrafi wyjaśnić, dlaczego powinien wziąć udział w procesji Bożego Ciała;
- ✚ potrafi zachować się godnie podczas procesji eucharystycznej.

Postawy

- ✚ Uczeń chce wziąć udział w procesji dzielić się wiarą z innymi;
- ✚ wyraża postawę wdzięczności Jezusowi za Jego obecność pod postaciami chleba i wina.

Metody i formy pracy

Opowiadanie, pogadanka, metoda biblijna, analiza tekstu biblijnego, mała celebracja, która jest wyrazem odpowiedzi dzieci na wezwanie Pana Boga, samoocena.

Środki dydaktyczne

Pismo św., świeca, cytat z Biblii (J 6, 51), obraz Pana Jezusa, litery do hasła „Chleb Życia”, bochenek chleba.

WPROWADZENIE

K. rozpoczynam katechezę modlitwą: „*Ojcze nasz*” i wprowadzam w nowy temat. K. umieszczam na tablicy słowa Pana Jezusa z Ewangelii świętego Jana

„Ja jestem chlebem żywym, który zstąpił z nieba.

Jeśli kto spożywa ten chleb, będzie żył na wieki” (J 6, 51)

Pan Jezus powiedział kiedyś do swoich uczniów słowa, które widzicie zamieszczone na tablicy. Odczytajmy je na głos.

Pan Jezus jest chlebem żywym, ukrytym w Najświętszym Sakramencie; chlebem żywym, który przyjmujemy w Komunii św. Za dar pozostania z nami w Komunii św. wychwalamy Boga poprzez śpiewy, modlitwę, postawy na Mszy św., gesty itd. Ale jest taki jeden dzień w roku, gdy publicznie oddajemy chwałę Panu Bogu i wyruszamy razem z Nim ukrytym w monstrancji na procesję. Jest to właśnie Uroczystość Najświętszego Ciała i Krwi Pana Jezusa nazywana potocznie uroczystością Bożego Ciała. Posłuchajmy opowiadania o tym jak wasi młodszy koledzy przygotowywali się na tę procesję Bożego Ciała.

K. czytam opowiadanie pt: „*Będzie lato w Boże Ciało*”. Opowiadanie:

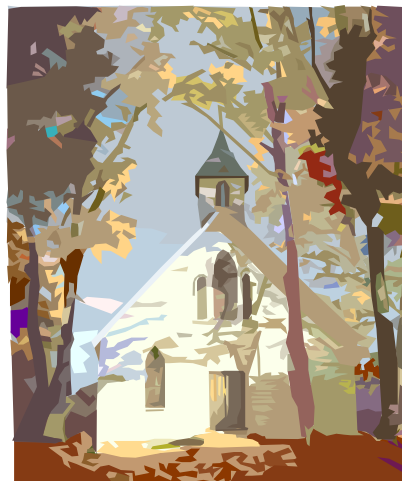
- *Będzie lato* - westchnęła babcia wytaczając radio.

- *To może darujemy sobie tę procesję...* - zaproponował nieśmiało Maciek.

Strasznie nie lubił chodzić tak wokół kościoła w tłumie ludzi, nawet kiedy świeciło słońce. Basia zmartwiła się.

- *A ja już naskubałam płatków...*

- *Kto powiedział, że nie pójdziemy* - uśmiechnęła się babcia. - *Wyobraź sobie, Basieńko, że wszyscy patrzą na niebo, kręcą głowami i postanawiają zostać w domu. Nastawiają wodę na herbatę, włączają telewizor... A Pan Jezus? Czeka opuszczony i zapomniany pod złocistym baldachimem, jak ktoś, kto zaprosił gości na imieniny i siedzi sam przy wspaniale zastawionym stole.*



Maciek poruszył się niespokojnie. Przypomina mu się Droga Krzyżowa, ta w klasie i słowa księdza Andrzeja: *Ilu miał uczniów Pan Jezus? A ilu przy Nim zostało? Bez słowa zaczął się ubierać.*

Ciężkie chmurzyska wisiały nisko nad ziemią, kiedy procesja ruszyła. Basia, w krakowskim stroju, szła z przodu, Maciek w komunijnej tunice razem z kolegami.

Pierwszy ołtarz - nic, drugi ołtarz zaczęło lekko kapać.

- Jeszcze nie tak dawno tego świata nie było - mówił spokojnie ksiądz Andrzej, jakby nie zauważając deszczu - ale cud Przemienienia Pańskiego jest tak wielki, że nie sposób go nie uczcić. Przyprowadziła nas tu miłość, radość i wdzięczność. Wychodzimy z kościoła, bo chcemy powiedzieć wszystkim, całemu światu - Oto nasz Pan! Tak bardzo nas umiłował, że dał nam samego siebie, abyśmy nie ustali w drodze. Czy może być większa miłość?

Wiatr dmuchał mocniej, ale, o dziwo, przestało padać.

Gdy przy czwartym ołtarzu ksiądz czytał Ewangelię, gdzie w szparze pomiędzy chmurami błysnął porozumiewawczo promyk słońca, zupełnie jak płynące z góry zapewnienie:

„Nie bójcie się Ja jestem”.

Zasypiając Maciek myślał o Panu Jezusie.

- Taki wszechmocny, a równocześnie bezbronny w małym, białym oplatku. Potężny, a przy tym pokorny, jak ktoś, kto stoi u drzwi i kołaczę, czekając na zaproszenie.

Maciek odnalazł wzrokiem mały drewniany krzyżyk wiszący nad drzwiami. „Ja Cię zapraszam szepnął. - I nie gniewaj się, że nie chciało mi się iść na procesję”.

W ciemności widać było zaledwie zarys krzyżyka, ale Maciek wiedział, że Pan Jezus słucha i że patrzy na niego. Z miłością. Uspokojony przytulił się do poduszki. Po chwili chrapał w najlepsze, a ciepły czerwcowy deszcz jednostajnie bębnił w szyby.

PODANIE PRAWDY

K. Wprowadzam do czytania Pisma św.

Jezus, będąc gościem na przyjęciu u bogatego człowieka, uczył, by nie zapraszać na przyjęcia ludzi bogatych, znanych, którzy odwzajemniają się nam i nas również przyjmują u siebie, ale trzeba zapraszać osoby, które nie mogą się nam odplacić, bo są biedni lub chorzy. Trzeba zapraszać tych, którzy są samotni i pogardzani przez innych, wtedy jeden z gości powiedział do Jezusa: „Szczęśliwy jest ten, kto będzie ucztował w królestwie Bożym” (por. Łk 14,1nn) Na te słowa odpowiedział przypowieścią.

Przed czytaniem tekstu biblijnego należy wyjaśnić wyrazy, które mogą być niezrozumiałe dla uczniów:

Zaułki - małe, boczne uliczki, na których mieszkają ludzie biedni;

ułomny - kaleki, inwalida, niepełnosprawny, upośledzony;

chromy - kulejący, utykający, kulawy.

Wybieram ucznia, który dobrze czyta. Uczniowie wstają. Zapalamy teraz świecę, która przypomni nam, że Jezus jest z nami i mówi do nas w słowach Pisma św.

Wybrany uczeń czyta głośno tekst z Księgi Pisma św. Łk 11,16b - 21

- Oto Słowo Boże.

- Bogu niech będą dzięki.

K: Zadaje kilka pytań.

- O jakim wydarzeniu opowiada Ewangelista?

- Kogo gospodarz z przypowieści najpierw zaprosił na ucztę?

- Jak zachowali się zaproszeni?

- Dlaczego tak naprawdę nie przyszli?

- Jak czuł się Gospodarz ucztę?

- Jak myślicie, co wydarzyło się potem?

Jezus powiedział przypowieść o uczcie, na przyjęciu, po słowach jednego z gości: „Szczęśliwy jest ten, kto będzie ucztował w królestwie Bożym”.

Bóg pragnie zaspokoić nasz największy głód - głód miłości - za darmo. Zaprasza nas na Ucztę Eucharystyczną. Nieważne jest dla Boga, czy jesteśmy bogaci, czy biedni, utalentowani, czy mniej zdolni. Wie, że nie potrafimy Mu się odplacić. On z miłością, bezinteresownie zaprasza nas na ucztę - Ucztę Eucharystyczną - Mszę św. Kto dobrze w niej uczestniczy ten będzie miał udział także w uczcie w niebie.

- Jaki pokarm otrzymujemy na Uczcie Eucharystycznej?



POGŁĘBIENIE

K: Uświadamiam uczniom, jak wielkim darem jest obecność Pana Jezusa - Chleba życia w Najświętszym Sakramencie. Przedstawiamy to przy pomocy małej celebracji, do której uczniowie przygotowali się w domu.

Uczniowie pojedynczo przychodzą do tablicy. Deklamują swój tekst i ustawiają się tak, aby utworzyć hasło: CHLEB ŻYCIA

Dziecko 1 (przynosi literę C)

„Bez ziaren pszenicy nie ma chleba. A także ziarno jest darem Bożym”.

Dziecko 2. (ma chleb i przynosi literę H)

„Nie byłoby tutaj chleba ('podnosi chleb w górę'), gdyby nie wkład ludzkiej pracy.

(chleb przekazuje następnemu uczniowi)

Dziecko 3. (przyjmuje chleb i przynosi literę L)

Trzy razy coś musi umrzeć, aby powstał taki bochenek. Najpierw umiera ziarno, aby dać Życie kłosowi. Potem umierają ziarna, gdy są mielone na mąkę. Wreszcie mąka musi przejść przez śmierć w gorącej piekarni. Żadna wielka rzecz nie powstaje bez trudu i cierpienia” (chleb zostaje wręczony kolejnemu dziecku).

Dziecko 4. (ma ze sobą literę E)

„Gdy w nas wygasa egoizm i zapatrzenie się w samych siebie, wówczas zaczynamy dzielić się chlebem i przynosić ulgę głodnemu światu. Dzielenie się z innymi zapowiada pokój” (Dziecko najpierw oddaje swoją literę, a następnie idzie do koleżanek i kolegów, łamiąc się z nimi chlebem).

Dziecko 5 (przynosi literę B)

„Czy w ogóle wypada czcić święty Chleb w kościołach, gdy swój codzienny pokarm wyrzucamy nieraz na śmieci?”.

Dziecko 6 (przynosi literę Ż)

„Tam na tablicy widzimy Pana Jezusa - Chleb Życia (dziecko wskazuje ręką na obraz) Wola

On do nas: „Pójdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię”.

Dziecko 7 (przynosi literę Y)

„Adorujemy Pana Jezusa, gdy jest wystawiony w monstrancji. Ale On chce, żebyśmy Go spożywali. Żebyśmy mieli w sobie Jego życie. Żebyśmy Mu pozwolili nas przemieniać. Pozwólmy Mu więc na tę przemianę”.

Dziecko 8 (przynosi literę C)

„Nasz młodszy kolega za ten żywy Chleb oddał kiedyś swoje życie. Był to św. Tarsycjusz. Gdy chciał po kryjomu zanieść Ciało Pana Jezusa chrześcijanom zamkniętym w więzieniu, został napadnięty przez swoich kolegów. Pobicie było śmiertelne. Nigdy nie będę drwił z tajemnicy zawartej w tym Chlebie. Chcę Go przyjmować z najgłębszą czcią i oddaniem”.

Dziecko 9 (przynosi literę J)

„W Boże Ciało Pan Jezus, jako Chleb Życia, jest niesiony w monstrancji po ulicach miast i wiejskich drogach. Każdy powinien rozpoznać, że to idzie Pan Świata, i modlić się do Niego”.

Dziecko 10 (przynosi literę A)

„Dziękuję moim rodzicom, księżom, że pokazują mi drogę do Pana Jezusa, choć dla mnie to wielka tajemnica Chleba Żywego, którą wciąż zgłębiam”.

ZASTOSOWANIE

Wkrótce Uroczystość Bożego dala to dzień, w którym w sposób szczególny oddajemy cześć Panu Jezusowi obecnemu pod postaciami chleba i wina. Poprzez uczestnictwo w procesji z Najświętszym Sakramentem świadczymy o Jego żywej obecności pośród nas. Tak jak podczas Ostatniej Wieczerzy Chrystus przemienił chleb i wino w swoje Ciało i Krew, tak dokonuje tego przez ręce kapłana w czasie Eucharystii. Procesje z Najświętszym Sakramentem są wyrazem wiary w tę szczególną obecność Pana Jezusa w świecie, są świadectwem Bożego działania Tego, który nie przestaje dawać nam siebie. W małej kruszynie chleba. „Ja jestem Chlebem żywym”(J 6, 51). K; stawiam pytania:

- Co to jest Eucharystia?
- Kiedy Pan Jezus ustanowił Eucharystię?
- Dlaczego Jezus ofiarował nam swoje Ciało i Krew na pokarm?
- Kiedy obchodzimy Boże Ciało?
- Czym ta uroczystość różni się od innych ?
- Czego wyrazem są procesje?

ZAKOŃCZENIE

K: polecam zapisać temat „Uroczystość Najświętszego Ciała i Krwi Pańskiej” oraz treści z tablicy.



Cele katechezy:

Zapamiętanie i zrozumienie prawdy: Chrystus przychodzi do wszystkich ludzi. Zapoznanie ze znaczeniem darów złożonych przez Mędrców Jezusowi. Zachęta do oddawania czci Bogu.

NaCoBezu

Uczeń rozumie prawdę, że Chrystus przychodzi do wszystkich ludzi;

-poda kiedy obchodzimy uroczystość Objawienia Pańskiego;

- zdefiniuje słowo poganie

Uczeń potrafi zinterpretować teksty Ps 72 i Mt 2,1-12;

-potrafi wyjaśnić znaczenie zwyczaju pisania na drzwiach K+M+B=2010r;

-potrafi wyjaśnić znaczenie i symbolikę darów ofiarowanych Jezusowi Uczeń wyraża postawę szacunku wobec ludzi niewierzących

OPRACOWAŁA: *Beata Kopeć*



O POWITANIU WIOSNY W NASZEJ SZKOLE

1 kwietnia 2011r.

„Idzie Wiosna” – impreza przygotowana przez Samorząd Uczniowski klas 4- 6

Powitanie wiosny przebiegało w bardzo kolorowym, ukwieconym i radosnym nastroju. Uczniowie każdej klasy wraz z wychowawcą przyjęli barwy wylosowanego wcześniej kwiatka, zaprezentowali też swój kwiatek w zabawnej scenie. Co chwilę, śpiewane wielkim, potężnym chórem wszystkich uczniów rozbrzmiewały rozgrzewające atmosferę piosenki o wiosnie. Sala gimnastyczna udekorowana kwiecistymi plakatami i dekoracjami nie przypominała tej oglądanej na co dzień. Nad przebiegiem imprezy czuwało ukwiecone jury: p. Wiesława Stępnik, p. Ewa Radomska, p. Mirosław Selega i prowadząca Małgorzata Bartosik. Kulminacją imprezy był szkolny program „Mam talent”, w którym to prezentacje przedstawione zostały w kategoriach: śpiew, taniec, gra na instrumentach, rysunek i malarstwo, skecz i nawet sztuczki iluzjonistyczne. Uczniowskie prezentacje talentów wywołały ogromne emocje wśród występujących, publiczności no i jury, wszyscy występujący nagrodzeni zostali potężnymi brawami.

Świetna wiosenna, integrująca wszystkich uczniów klas 4-6 impreza na powitanie wiosny zamiast kilku lekcji – to z całą pewnością dobry pomysł.

OPRACOWAŁA: *Małgorzata Bartosik*







Zespół redakcyjny:

Małgorzata Kulbabińska

Michał Głowacki

