



„Spokojnie, to tylko energia”

**Alternatywna forma spędzania przerw międzylekcyjnych
w Zespole Placówek Szkolno- Wychowawczo- Rewalidacyjnych
w Cieszynie**

Opracowali:

mgr Michał Andrzejewski – nauczyciel wychowania fizycznego

**mgr Barbara Bestwina – nauczyciel języka angielskiego, opiekun planu dyżurów
międzylekcyjnych**

Zespół Placówek Szkolno-Wychowawczo-Rewalidacyjnych w Cieszynie

OPIS INNOWACJI PEDAGOGICZNEJ:

W skład Zespołu Placówek Szkolno Wychowawczo Rewalidacyjnych wchodzi:

- Ośrodek Rewalidacyjno- Wychowawczy
- Zespoły Wczesnego Wspomagania, organizowane dla dzieci w celu stymulowania rozwoju z różnego rodzaju niepełnosprawnościami od pierwszego roku życia do rozpoczęcia nauki w szkole,
- Szkoła Podstawowa nr 8 dla uczniów w normie intelektualnej charakteryzujących się specjalnym potrzebami intelektualnymi oraz niepełnosprawnych intelektualnie w stopniu lekkim i umiarkowanym
- Gimnazjum nr 4 dla uczniów w normie intelektualnej charakteryzujących się specjalnym potrzebami intelektualnymi oraz niepełnosprawnych intelektualnie w stopniu lekkim i umiarkowanym
- Zasadnicza Szkoła Zawodowa nr 5, do której uczęszcza młodzież z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim
- Szkoła Przesposabiająca do Pracy dla uczniów z niepełnosprawnością umysłową w stopniu umiarkowanym i znacznym oraz sprzężeniami

Nasza placówka skupia uczniów o różnorodnych problemach, stopniach niepełnosprawności oraz w różnym wieku. W czasie lekcji jest to sytuacja niesprawiająca większego problemu, gdyż uczniowie podzieleni są na odpowiednie zespoły klasowe. Podczas przerw, jednak, wszyscy spędzają czas razem, co nieraz prowadzi do nieporozumień oraz sytuacji niekomfortowych dla wielu wychowanków.

Nauczyciele pełniący dyżury międzylekcyjne niejednokrotnie zauważają nadpobudliwość uczniów, która prowadzi do sytuacji wymagających interwencji.

Mając na uwadze stały rozwój naszych wychowanków nauczyciele przykładają wszelkich starań, aby uatrakcyjnić czas spędzany w szkole..

Sport jest bardzo ważnym czynnikiem w rozwoju dzieci i młodzieży. Aktywność fizyczna pozwala na lepszy rozwój mięśni, umiejętności logicznego i spontanicznego myślenia i podejmowania decyzji oraz rozładowanie napięć emocjonalnych. Co więcej, sport ułatwia integrację w grupie, w której człowiek może znaleźć osoby o podobnych cechach i

celach. Promuje współpracę, wzajemną pomoc i zrozumienie oraz pomaga w kontaktach międzyludzkich.

W przypadku dzieci i młodzieży niepełnosprawnej, zarówno intelektualnie, jak i fizycznie, zajęcia sportowe stanowią narzędzie rehabilitacji, ponieważ, jak już zostało wspomniane wcześniej, kształtuje, wspomaga i integruje zarówno rozwój fizyczny jak i emocjonalny.

W życiu uczniów sport często wpływa na poszerzanie grup kolegów oraz zapobieganie popadaniu w nałogi oraz inne współczesne zagrożenia.

GLÓWNY CEL INNOWACJI:

Program koncentruje się na wdrożeniu aktywności fizycznej w ciągu dnia, która będzie zarówno uzupełnieniem gimnastyki śródlekcyjnej. Pozwoli ona na wyładowanie nadmiaru emocji jak i da wychowankom większą możliwość poznania siebie nawzajem i wykształcenia wielu podstawowych umiejętności społecznych.

SZCZEGÓŁOWE CELE I ZADANIA INNOWACJI:

- Zapewnienie wychowankom opieki podczas przerw śródlekcyjnych
- Zapewnienie uczniom możliwości rozładowania emocji poprzez aktywność fizyczną
- Rozwój wiedzy na temat popularnych dyscyplin sportowych
- Poprawa sprawności fizycznej uczniów
- Uwzględnienie różnic indywidualnych. Praca nad wyrównaniem szans fizyczno-ruchowych.
- Pomoc dzieciom w uzyskaniu większej pewności siebie oraz poprawie interakcji z rówieśnikami

WARUNKI REALIZACJI:

- Program przeznaczony jest dla uczniów Gimnazjum oraz Zasadniczej Szkoły Zawodowej z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim
- Czas realizacji programu: drugi semestr roku szkolnego 2014/2015
- Czas trwania jednego spotkania: 15 min (przerwa po 3 lekcji)
- Innowacja poszerza program edukacyjno-wychowawczy realizowany w Zespole Placówek Szkolno- Wychowawczo- Rewalidacyjnych w Cieszynie . Nie wymaga nakładów finansowych.
- Udział w programie odbywa się na zasadzie przynależności do społeczności uczniowskiej objętej planem. Udział uczniów nie wymaga pisemnej zgody rodziców, ponieważ zgodny jest z założeniami programów nauczania wychowania fizycznego oraz regulaminu spędzania przerw.
- Założone cele będą realizowane poprzez zajęcia prowadzone w grupie, w atmosferze akceptacji, w formie zaproponowanej i zaplanowanej przez nauczyciela, uwzględniając prośby i potrzeby uczniów.

METODY:

- Podające :
 1. Pogadanka
 2. Prezentacja, objaśnienie i wyjaśnienie
- Problemowe
 1. Reakcja ruchem na polecenia
 2. Dyskusja
- Praktyczne
 1. Ćwiczenia fizyczne
 2. Zabawy ruchowe

FORMY:

- grupowa
- indywidualna

MIEJSCE:

- sala gimnastyczna

RODZAJ INNOWACJI:

- projektowana innowacja jest o charakterze edukacyjno-wychowawczym

TERMIN REALIZACJI:

- drugie półrocze roku szkolnego 2014/2015
- od 16.02.2015 r. do 19.06.2015 r.
- przerwa po 3 godzinie lekcyjnej (godzina 10.30-10.45)

PROGRAMEM INNOWACYJNYM OBJĘTA ZOSTANIE:

Program adresowany jest do uczniów klas Gimnazjum oraz Zasadniczej Szkoły Zawodowej z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim w Zespole Placówek Szkolno-Wychowawczo-Rewalidacyjnych w Cieszynie

INSPIRACJA DO OPRACOWANIA I WDROŻENIA PROGRAMU:

Idea tego programu narodziła się w związku z problemami i potrzebami dzieci oraz spostrzeżeniami nauczycieli. Celem stworzenia programu jest przygotowanie atrakcyjnej propozycji formy spędzania przerw międzylekcyjnych, dzięki której można systematycznie i stale wspomagać rozwój fizyczny oraz społeczny uczniów jednocześnie dając im możliwość pozbycia się stresu i nadmiaru energii. Uczniowie zostają zakwalifikowani do udziału w programie automatycznie na podstawie przynależności do danej klasy i szkoły. W swoim założeniu program zakłada zapewnienie uczniom bezpiecznej formy rozładowania fizycznego poprzez zaangażowanie w ćwiczenia i zabawy fizyczne. Zakłada się, że skupiając swoją uwagę na grze uczniowie nieświadomie pogłębią więzi, poznają swoich kolegów. To doświadczenie będzie miało przeniesienie nie tylko na przyszłość związaną ze sportem, ale również na ogólne zniwelowanie stresu podczas imprez szkolnych. Co więcej, dodatkowa

aktywność fizyczna poprawi sprawność fizyczną naszych wychowanków, da możliwość lepszego przygotowania ich do zawodów i konkursów sportowych.

TREŚCI INNOWACYJNE:

- Zapewnienie alternatywnej formy spędzania czasu wolnego w szkole
- rozwijanie umiejętności sportowych oraz społecznych w sytuacjach niezobowiązujących, a jednocześnie kontrolowanych
- słuchanie innych oraz budowanie więzi
- nawiązywanie kontaktu
- współdziałanie w nowej grupie
- komunikowanie się
- wzbudzanie atmosfery motywującej do wykorzystywania swojej wiedzy i umiejętności
- kształcenie szacunku dla własnych możliwości fizycznych i edukacyjnych
- zwiększenie umiejętności poznawania swoich możliwości i umiejętności
- uwolnienie się od napięć psychicznych, odnoszenie sukcesu
- uwalnianie się od stresu oraz dotlenienie organizmu poprzez ćwiczenia fizyczne
- doświadczanie radości, dumy, przyjemności z bycia razem, odprężenia psychicznego i fizycznego
- możliwość wyboru formy spędzania przerwy

CHARAKTERYSTYKA GRUPY:

- zaburzenia uwagi,
- Stres związany z lekcjami i nauką,
- nadmierna impulsywność,
- nadmierna ruchliwość,
- przejawianie zachowań agresywnych,
- wycofanie z kontaktów społecznych,
- zaburzenia emocjonalne

- dzieci, młodzież z rodzin dotkniętych problemami

PO ZAKOŃCZENIU INNOWACJI UCZEŃ:

- poprawi swoją pewność siebie,
- nauczy się, że w określonym czasie jest możliwość rozładowania nadpobudliwości fizycznej oraz stresu,
- potrafi zintegrować się z grupą,
- wykaże się większą znajomością dyscyplin sportowych.

EWALUACJA:

Program zakończony będzie ewaluacją.

CELAMI EWALUACJI SA:

A. ewaluacja kształtująca:

- uzyskanie informacji o przebiegu realizacji projektu,
- poznanie ewentualnych trudności i braków wynikających z organizacji, które występują w trakcie realizacji,
- określenie nastawienia uczestników do tego programu.

B. ewaluacja końcowa:

- uzyskanie opinii (od uczestników, od nauczycieli) o wartości zrealizowanego innowacyjnego programu. Opinie wyrażone zostaną za pomocą ankiet i dyskusji.

KRYTERIA:

A. kryterium zgodności:

- zgodność efektów z założonymi celami,
- zgodność celów programu z potrzebami (adresatów programu,)

B. kryterium efektywności:

- poprawa sprawności fizycznej
- eliminowanie stresu
- zmniejszenie stresu wynikającego z przebiegiem lekcji i dnia w szkole
- nabycie wiedzy i umiejętności w radzeniu sobie z problemem komunikacji

WYKORZYSTANE ZOSTANA:

METODY ZBIERANIA INFORMACJI:

A. metody bezpośrednie:

- obserwacja, analiza, wywiady, metoda dialogowa itp.

B. metody pośrednie:

- ankiety

OPRACOWANIE I PREZENTACJA WYNIKÓW BADAŃ:

Wyniki zostaną zbadane poprzez ankiety skierowane do uczniów, wywiad z nauczycielami, obserwacje uczniów podczas trwania przerw. W trakcie trwania ewaluacji, będzie dokonywana ocena programu. Głównym zadaniem ewaluacji będzie uzyskanie odpowiedzi na pytanie, czy założenia i cele programu zostały osiągnięte, czy wychodzą naprzeciw problemom uczniów i nauczycieli, czy taka forma spędzania czasu jest bezpieczna oraz czy program może być kontynuowany w kolejnym roku szkolnym.

PO ZAKOŃCZENIU INNOWACJI I PODSUMOWANIU WNIOSKÓW ZOSTANA

ZAPOZNANI:

- dyrektor placówki,
- nauczyciele,
- rodzice,
- uczniowie,

- kuratorium oświaty

REALIZACJA PROJEKTU

- stworzenie dokładnego harmonogramu przerw ruchowych oraz przypisanie konkretnych opiekunów odpowiedzialnych za bezpieczeństwo uczniów w określonych terminach
- stworzenie plakatu informacyjnego oraz krótkiego apelu zachęcającego uczniów do korzystania z tej formy spędzania przerw
- przeprowadzanie przerw międzylekcyjnych, podczas których uczniowie będą mieli możliwość pozbycia się nadmiaru energii, co doprowadzi do zapewnienia bezpieczeństwa i komfortu wszystkich wychowanków
- analiza efektów podczas spotkania Rady Pedagogicznej ZPSWR
- wdrożenie ewentualnych modyfikacji