

Powrót do nauczania stacjonarnego

przewodnik dla nauczycieli i dyrektorów szkół

Szkoły na nowo otwierają się na przyjęcie nauczycieli i uczniów. Wracamy, a towarzyszy nam cała gama uczuć od euforii, radości do zniechęcania, strachu i obaw. Każde z nich jest naturalne i adekwatne, warto pamiętać, że jako ludzie możemy doświadczać wielu (często sprzecznych) emocji na raz. Dodatkowo sprawę utrudnia fakt, że uczniowie i nauczyciele nie mieli szans na regenerację sił poza miejscem zamieszkania; nawet możliwości wychodzenia i kontaktów (szczególnie dla dzieci i młodzieży) zostały znacząco ograniczone.

Nigdy jeszcze nikt z nas nie był w takiej sytuacji. To dla nas wszystkich nowe doświadczenie.

W tym materiale podpowiemy, jakie działania może podjąć nauczyciel, aby pomóc klasie i sobie w poradzeniu sobie w sytuacji jaką jest powrót po długiej przerwie do nauki stacjonarnej.

Powrót do szkoły, po tak długim okresie nauki zdalnej, stawia nie lada wyzwanie. Uczniowie wracają z domów bez odpoczynku, jaki zapewniały wakacje i ferie. Nauczyciele wracają do szkół i środowiska szkolnego, aby na nowo zaistnieć w roli realnej osoby, nie komputerowego awatara

Warto docenić wysiłek, jaki wszyscy włożyli pracując i ucząc się zdalnie. Bogatsi o nowe doświadczenia i umiejętności - od umiejętności informatycznych, poprzez zdolności organizacji pracy w sytuacji nauki zadanej, do umiejętności współpracy i szukania informacji - zaczynamy na nowo.

Warto się do tego przygotować, bo klasa, z którą spotkasz się w szkolnej sali nie będzie tą samą, którą zegnałeś przed okresem nauki zdalnej.

Najważniejszym zadaniem nauczyciela staje się reintegracja klasy, stworzenie atmosfery spokoju bezpieczeństwa, i odbudowanie zespołu klasowego. Dopiero kolejnym krokiem jest diagnoza edukacyjna i nadrobienie ewentualnych braków.

Pamiętaj, aby mózg przyswajał nowe informacje, musi być zrelaksowany i spokojny. Stres znacząco utrudnia, często uniemożliwia naukę. Jeśli zadbasz o relacje to edukacja będzie przebiegać sprawniej. Uczniowie powinni spokojnie zaadaptować się do nauki stacjonarnej. Warto pierwsze dni poświęcić na reintegrację klasy, ponowne wzajemne poznanie się oraz na różnorodne działania grupowe i zajęcia obniżające napięcie u uczniów.

Covid z nami zostaje i w dalszym ciągu będzie wpływać na wszystkie dziedziny życia, wywołując stres i emocje. Dlatego najważniejszym zadaniem jest **zadbanie o stan emocjonalny, budowanie odporności psychicznej i dostarczanie dobrych doświadczeń** które umożliwią prawidłowe funkcjonowanie w szkole.

Zachęcamy o pomyśleniu o tym procesie jak o budowie domu – żeby budynek stał stabilnie, żeby możliwe było wznoszenie kolejnych pięter, potrzebne są silne fundamenty. W tym przypadku fundamentem będzie zadbanie o emocjonalny stan klasy. Na tej bazie możliwe

będzie nadbudowywanie kolejnych pięter budowli – czyli wdrożenie całego procesu edukacyjnego, dostarczanie wiedzy i treści przewidzianych w podstawie programowej.

Poniżej przedstawiamy kilka zagadnień, na które warto zwrócić uwagę w obecnej sytuacji. Zagadnienia te podzieliliśmy na trzy obszary tematyczne:

reintegracja klasy (czyli sposoby na budowanie na nowo zespołu klasowego);

powrót do edukacji (czyli sposoby i pomysły na wdrażanie uczniów do nauki stacjonarnej po etapie nauki zdalnej),

profilaktyka (czyli sposób organizacji pracy z klasą i dbałości o własny dobrostan, zapobiegający ewentualnym sytuacjom trudnym w przyszłości).

Reintegracja klasy:

1. Podziel się swoimi refleksjami dotyczącymi sytuacji.
Jak się czujesz? Co Tobie pasowało w sytuacji nauczania zdalnego, co nie. Czego się nauczyłeś? Co Cię irytowało? Jakie masz odczucia odnośnie powrotu do szkoły?
2. Zapytaj uczniów o ich samopoczucie i doświadczenia
Jak im był na nauczaniu zdalnym? Jaką formę preferują? Jak się czują wracając po przerwie? Co im pasowało, co nie? Co dobrego wynieśli z tej sytuacji? Co było trudne? Czego brakowało? – porozmawiajcie o sytuacji nauki zdalnej i powrotu do stacjonarnej szkoły.
3. Poproś uczniów o propozycje, generowanie pomysłów na bycie razem.
Zaczynacie nowy etap. Co pozwoli zbudować klasę jako zespół na nowo? Jakie mają pomysły?
4. Bądź tak uważny, jak przy nowej klasie a nawet bardziej. Pomiędzy uczniami w czasie nauki zdalnej zadziało się wiele procesów, konfliktów, sojuszy itp. których nie zawsze jesteś świadom.
5. Zobacz jak teraz układają się relacje między uczniami
Kto kogo lubi, kto komu pomaga, kto się z kim kłóci. Czy powstały nowe koalicje, kto walczy o władzę, o przywództwo. Czy nikt nie został wykluczony?
6. Proponuj zabawy i ćwiczenia zmniejszające napięcie
Napięcie nie sprzyja zapamiętywaniu – mózg go nie lubi. Mózg lubi ruch, najlepiej na świeżym powietrzu. Zaproponuj uczniom techniki relaksacyjne, proste ćwiczenia obniżające napięcie, oddychanie przeponowe. Pomogą też wszelkie aktywności i zajęcia powiązane z kreatywnością – kreatywność zmniejsza rywalizację, nastraja do współpracy, daje radość.
7. Zaplanuj wspólne wyjście, kontakt z naturą.
Wycieczka, wspólne wyjście do parku, na boisko? Uczniowie dawno nie mieli kontaktu osobistego, pomóż im go nawiązać, także poza murami szkoły. Spotkanie poza budynkiem sprzyja większej otwartości.
8. Zaproponuj prace plastyczne i gry zespołowe
Nie możecie wyjść? Poszukaj propozycji gier integrujących klasę, zaproponuj gry zespołowe, gry kooperacyjne, wspólne działanie, przygotowywanie projektów, może

wolontariat? Wróćcie do tego, co dobrze wpływało na atmosferę w młodszych klasach – przerwy śródlekcyjne, głośne czytanie, prace plastyczne, śpiewanie.

Powrót do edukacji:

1. Przypominaj zasady odnośnie funkcjonowania ucznia w szkole i oceniania
Wracamy do szkoły, co oznacza, że obowiązują nas zasady szkolne. Przypomnij uczniom o ich obowiązkach, przywilejach i zasadach oceniania.
2. Sprawdź, co uczniowie wiedzą/pamiętają, a czego nie.
Przeprowadź diagnozę edukacyjną, sprawdź poziom wiedzy. Zrezygnuj z oceniania, celem diagnozy jest określenie mocnych i słabych stron. To informacja dla Ciebie o poziomie klasy i informacja dla każdego ucznia o jego stanie wiedzy i umiejętności.
3. Wstrzymaj się z ocenianiem – daj czas na ponowne wdrożenie się.
Daj uczniom czas na wdrożenie się do stacjonarnej nauki. Zrezygnuj z ocen niedostatecznych, daj uczniom wybór, czy chcą przyjmując ocenę mierną/dostateczną.
Nie przeciążaj nauką przez minimum dwa tygodnie.
4. Doceniaj na bieżąco postępy i starania, docień pracę, którą ty sam, uczniowie oraz ich rodzice włożyli w czasie nauki zdalnej.
Zauważaj starania i postępy, nawet drobne. Doceniaj zmiany, które idą w dobrym kierunku. Kształtuj pozytywne nawyki.
5. Opisz i wykorzystaj nowe nawyki i umiejętności zdobyte w czasie zdalnej nauki
W czasie edukacji zdalnej uczniowie pozyskali nowe umiejętności i kompetencje. Nazwij je, zastanów się (może wspólnie z klasą), jak te umiejętności mogą być wykorzystywane w czasie dalszej nauki.
6. Ułóż plan pracy z klasą (uwzględniające nadrobienie ewentualnych braków) i przedstaw go uczniom.
Uczniowie powinni wiedzieć, co ich czeka, czego od nich oczekujesz. Im starsze dzieci, tym więcej szczegółów powinny otrzymywać i tym bardziej powinny być wdrażane w proces planowania swojej nauki. Wyznacz daty, terminy, poinformuj, czego i jak planujesz uczyć, jak sprawdzać.

Profilaktyka:

1. Nadaj ważność godzinom wychowawczym.
Postaraj się wykorzystać ten czas do rozwiązywania konfliktów, wzmacnianie relacji w klasie i samopoznania / wzajemnego poznania uczniów.
2. Pamiętaj, żeby rodzice byli twoimi sprzymierzeńcami.
Angażuj rodziców w proces wychowawczy i edukacyjny. Utrzymuj z nimi kontakt, bądź otwarty, informuj o trudnościach i oczekuj informacji.
3. Skorzystaj z pomocy i wsparcia w pokoju nauczycielskim
Nie jesteś sam! Rozmawiaj o trudnościach, dziel się z innymi, pytaj i proś o pomoc.
Bądź otwarty.
4. Korzystaj ze szkoleń i warsztatów

Nauczyciel uczy się przez całe życie. Rozwijaj swoje kompetencje zawodowe, ale też osobiste.

5. Dbaj o siebie!

Rób rzeczy, które lubisz. Zajmuj się hobby, sportem. Szukaj wsparcia u przyjaciół i rodziny. Redukuj napięcie. Dbaj o odporność.

6. Pamiętaj, że masz wsparcie zespołu psychologiczno-pedagogicznego szkoły i specjalistów z poradni psychologiczno-pedagogicznej.

Korzystaj z niego bezwzględnie, jeśli zauważysz:

- dziwne/ inne niż zwykle/niepokojące zachowanie ucznia.

Dzieci na długi czas były pozostawione same sobie. Nie wszystkie otrzymywały wystarczające wsparcie od szkoły i rodziców. Sytuacja przymusowej izolacji, pozbawienia kontaktów społecznych, szczególnie dla dzieci, młodzieży jest sytuacją bardzo obciążającą emocjonalnie. Dodatkowo, może nasilać niepożądane relacje zachodzące w rodzinach (brak możliwości wentylacji emocji w sytuacji pracy zdalnej). Dużo dzieci może potrzebować pomocy i wsparcia.

Znajdź te osoby i zadbaj o nie.

- zachowania agresywnych i autoagresywnych

Przemoc emocjonalna i fizyczna, hejt internetowy, wykluczanie, izolowanie – to szereg wysoko niepokojących zachowań, które mogą pojawiać się i/lub nasilać po powrocie uczniów do nauki stacjonarnej. Bądź na nie szczególne wyczulony. Tutaj nie można zwlekać z reakcją.

Trzymamy za Ciebie kciuki, życząc powodzenia w tej nowej sytuacji. Teraz więcej niż zwykle zależy od Twojej uważności, wyczulenia i elastyczności. Korzystaj ze swoich zasobów i doświadczenia, dbaj o siebie i bliskich, wentyluj emocje i nie wahaj się szukać pomocy dla siebie i uczniów.

Opracował

Zespół Specjalistycznej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej

„Uniwersytet dla Rodziców” w Warszawie