

Anna Dziwińska

Seweryn Cichoń

*Metodyka nauczania przedmiotów  
zawodowych-wybrane zagadnienia*

Częstochowa 2011

## Spis treści

<b>Wstęp.....</b>	<b>3</b>
<b>1.Struktura konspektu i scenariusza lekcji w szkolnictwie zawodowym.....</b>	<b>5</b>
<b>2.Przykłady zastosowania wybranych metod kształcenia.....</b>	<b>19</b>
<b>3.Scenariusze zajęć z zakresu emisji głosu.....</b>	<b>53</b>
<b>Słowniczek podstawowych pojęć z zakresu dydaktyki ogólnej i dydaktyk przedmiotowych.....</b>	<b>101</b>
<b>Zakończenie.....</b>	<b>112</b>
<b>Ćwiczenia dla studenta.....</b>	<b>113</b>
<b>Bibliografia.....</b>	<b>121</b>

## Wstęp

*Metodyka nauczania przedmiotów zawodowych-wybrane zagadnienia* jest opracowaniem, które skupia się na metodycznych aspektach kształcenia zawodowego na poziomie szkół średnich.

Przemiany gospodarcze, zakres i tempo zmian cywilizacyjnych, nowy rynek pracy, problemy z zatrudnieniem, powodują, że wzrasta rola i znaczenie wiedzy.

Tylko istota ludzka potrafi wiedzę zdobywać, przetwarzać, przekazywać innym i w sposób właściwy doskonalić. W dzisiejszych czasach wiedza jest pożądana, a jej dynamiczny charakter powoduje chęć jej nieustannego pogłębiania i zdobywania. W dobie społeczeństwa informacyjnego wiedza ma za zadanie sprostać wymogom nieustannie zmieniającego się otoczenia. Wiedza stanowi o podmiotowości człowieka i kształtuje jego osobowość, a właściwe jej wykorzystanie pozwala osiągać zaplanowane cele.

W dobie globalizacji edukacja jest nie tylko przygotowaniem do dojrzałego życia. Jest również sposobem radzenia sobie z wymogami rynku pracy, z konkurencją, z szerokim strumieniem informacji. Umiejętność odczytywania kodów - językowych, kulturowych, naukowych i technologicznych - jest w dobie gospodarki opartej na wiedzy tym, czym kiedyś była znajomość alfabetu. Tylko społeczeństwo wykształcone, posługujące się obcymi językami, obeznane z technikami informatycznymi będzie w stanie odczytać księgę świata XXI wieku. Unia Europejska postawiła przed sobą ambitne zadanie - stworzyć najbardziej konkurencyjną, opartą na wiedzy gospodarkę świata. Ważnym krokiem prowadzącym do tego celu jest doskonalenie systemu edukacji, zbliżenie nauki i gospodarki, ich bliskie współdziałanie. Dużą rolę w tym zakresie odgrywają nauczyciele, którzy spełniając priorytety polityki edukacyjnej Unii Europejskiej mają za zadanie dążyć do doskonalenia swoich umiejętności w procesie kształcenia, wykorzystywać najnowsze osiągnięcia nauki i techniki w pracy ze swoimi podopiecznymi, eliminować encyklopedyzm oraz dawać przykład swoją twórczą i innowacyjną postawą.

Celem pracy *Metodyka nauczania przedmiotów zawodowych-wybrane zagadnienia* jest prezentacja tych zagadnień dydaktyki ogólnej i dydaktyk szczegółowych, których znajomość jest istotnym elementem kompetencji nauczyciela przedmiotów zawodowych.

Treścią pracy są następujące zagadnienia:

- budowa konspektu i scenariusza lekcji przedmiotów zawodowych,
- charakterystyka metod kształcenia i przykłady sytuacji dydaktycznych w których metody te mogą być zastosowane,
- wybrane metody kształcenia emisji głosu.

Praca składa się ze wstępu, trzech rozdziałów, zakończenia, ćwiczeń dla studenta oraz bibliografii.

**Rozdział pierwszy** przedstawia szczegółowo budowę konspektu i scenariusza lekcji prowadzonej z wybranych przedmiotów zawodowych. Dokonano charakterystyki sposobów definiowania celów, doboru metod kształcenia oraz środków i materiałów pomocniczych. Zaprezentowano kilka wzorcowo napisanych konspektów lekcji kontrolno-oceniającej oraz lekcji wychowawczej.

W **rozdziale drugim** przedstawiono klasyfikacje metod kształcenia oraz charakterystyki wybranych metod stosowanych w nauczaniu przedmiotów zawodowych. Zaprezentowano metody podające, problemowe, eksponujące, praktyczne i programowane.

W **rozdziale trzecim** omówiono zagadnienia dotyczące metod aktywizujących w zakresie emisji głosu. Dokonano próby usystematyzowania treści teoretycznych i praktycznych. Omówiono autorską koncepcję nauczania tego przedmiotu.

Na końcu pracy wskazano na podstawowe definicje pojęć związanych z pracą nauczyciela przedmiotów zawodowych. Założeniem jest umiejętność rozróżniania przez studenta poszczególnych pojęć z zakresu dydaktyki ogólnej i dydaktyk szczegółowych.

Wielu studentów ma problemy z rozróżnianiem podstawowych pojęć związanych z pracą nauczyciela, właściwym budowaniem konspektu, czy scenariusza lekcji (np. godziny wychowawczej lub kontrolno-oceniającej), bądź też z zastosowaniem metod kształcenia w praktyce.

Mamy nadzieję, że niniejsza książka będzie im pomocna i wskaże drogi skutecznego kierowania procesem uczenia się oraz dostarczy cennych wskazówek w doskonaleniu warsztatu metodycznego.

*Anna Dziwińska, Seweryn Cichoń*

# 1. Budowa konspektu i scenariusza do lekcji prowadzonej z przedmiotu zawodowego

**Cel kształcenia** w dydaktyce to pożądana zmiana w uczniu (w jego wiedzy, umiejętnościach, zainteresowaniach itd.)

Wybrane teorie

budowy celów kształcenia

Ogólny zamysł koncepcji

Stosowane czasowniki

Uwagi

Przykład

## N.E. Gronlund

cele najpierw ujmuje się ogólnie, a później je uszczegóławia

rozumie, lubi, umie, wie, zna, potrafi, uznaje, ceni

Taki sposób tworzenia celów powoduje, że jest bardziej zrozumiały.

Cel ogólny:  
Uczeń potrafi scharakteryzować rozliczenia bezgotówkowe w organizacji usługowej  
Cele szczegółowe:  
Uczeń:  
-zna istotę rozliczeń bezgotówkowych w organizacji  
-umie poprawnie wymienić formy rozliczeń bezgotówkowych  
-wie na czym polega organizacja rozliczeń bezgotówkowych  
-umie dokonać polecenia przelewu

## E. Perrot

wyraźne określenie celów, tak by uczniowie wiedzieli w rezultacie stosowania metody czego się będzie od nich wymagać

rozwiązuje, wybiera, tłumaczy, analizuje, znajduje, dyskutuje, rozważa, sporządza  
Należy używać takich czasowników, które opisują obserwowalne czynności lub czynności dające obserwowalne wyniki, trzeba unikać czasowników: wie, ceni, wierzy

Cel ogólny:  
Uczeń analizuje proces wydajności pracy pod kątem wielkości efektu końcowego całej organizacji  
Cele szczegółowe:  
Uczeń:  
-tłumaczy istotę wydajności pracy w organizacji  
-sporządza poprawną klasyfikację wydajności pracy w organizacji  
-rozwiązuje poprawnie zadanie z treścią odnośnie wydajności pracy

## R. Mager

cele mają być zrozumiałe, szczegółowe, w jasny sposób komunikować zamiar prowadzącego

wymienia, wskazuje, pisze, porównuje, zestawia, recytuje

Cele kształcenia zbudowane są z zakresu opisu sytuacji, opisu zachowania ucznia, kryteriów osiągnięć.

Cel ogólny:  
Uczeń wskazuje na istotność skutecznego negocjowania w życiu zawodowym  
Cele szczegółowe:  
Uczeń:  
-po otrzymaniu planszy z kilkoma definicjami różnych zagadnień będzie umiał wskazać jedną poprawną, czym jest sztuka negocjacji jako proces  
-nie mając notatek, będzie umiał wymienić zasady negocjowania z drugą stroną  
-opisze w prawidłowej kolejności etapy negocjacji dwóch stron

Tabela 1. Wybrane teorie formułowania celów kształcenia

Elementami poprawnie sporządzonego konspektu lekcji są: temat lekcji, cele lekcji, jakie chce osiągnąć nauczyciel po przeprowadzeniu zajęć, metody kształcenia, zastosowane środki i materiały dydaktyczne. Pierwszym etapem lekcji są czynności organizacyjne, kiedy to zostaje sprawdzona lista obecności i wpisany temat lekcji do dziennika. Drugim etapem jest wprowadzenie do tematu lekcji, gdy podaje się uczniom temat i cele lekcji oraz wyjaśnia istotę problemu. Trzeci etap (najbardziej obszerny czasowo) to rozwinięcie tematu lekcji, podczas którego nauczyciel może zastosować wybrane metody kształcenia w procesie nauczania. Podsumowanie tematu lekcji i ocenianie uczniów składa się na czwarty etap zajęć lekcyjnych. W tym etapie nauczyciel podsumowuje temat lekcji. Każdej czynności w przebiegu tematycznym lekcji (oprócz oczywiście czynności organizacyjnych) przypisuje się odpowiednią metodę kształcenia i czynności uczniów oraz zastosowane środki i materiały dydaktyczne. Warto umiejętnie rozplanować sobie czas w całym toku lekcji. Przykładową budowę konspektu lekcji z przedmiotu ekonomika przedsiębiorstw przedstawiono poniżej.

# KONSPEKT LEKCJI

Prowadzący: Adam Nowak

Data: 12.04.2011

Przedmiot: Ekonomia przedsiębiorstw

Klasa I d

## **Temat: Czy wiesz na czym polega organizacja handlu hurtowego między organizacjami?**

### **1. Cele lekcji-wiedza i umiejętności**

Cel ogólny:

Uczeń potrafi dokonać charakterystyki organizacji handlu hurtowego

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- zna pojęcie handlu hurtowego
- umie scharakteryzować istotę handlu hurtowego
- potrafi wymienić poprawnie funkcje handlu hurtowego
- potrafi wymienić poprawnie zadania przedsiębiorstwa hurtowego

### **2. Metody kształcenia**

Metoda podająca: wyjaśnienie, opis

Metoda problemowa: wykład konwersatoryjny

Metoda aktywizująca: Mapa Myśli

Metody praktyczne: ćwiczenie przedmiotowe

### **3. Środki i materiały dydaktyczne:**

-tablica,

-rzutnik,

-foliogram pt. „Istota i zadania handlu hurtowego” dla uczniów przygotowany przez nauczyciela,

-arkusze z tekstem do wypełnienia dla uczniów przygotowane przez nauczyciela.

Lp.	Przebieg tematyczny lekcji	Metoda kształcenia i czynności uczniów	Czas w min.	Zastosowane środki i materiały dydaktyczne
<b>I</b>	Czynności organizacyjne 1. Sprawdzenie listy obecności 2. Wpis do dziennika		2	
<b>II</b>	Wprowadzenie do tematu lekcji 1. Co to jest handel hurtowy?  2. Podanie tematu i celów lekcji	Metoda aktywizująca: -Mapa Myśli (uczniowie na zasadzie skojarzeń piszą czym jest handel hurtowy w ich pojęciu) Metoda podająca: - wyjaśnienie	2  1	tablica
<b>III</b>	Rozwinięcie tematu lekcji 1. Istota handlu hurtowego  2. Zadania handlu hurtowego  3. Klasyfikacja handlu hurtowego	Metoda problemowa: - wykład konwersatoryjny (uczniowie zapisują książkową definicję handlu hurtowego, następnie podają przykłady handlu hurtowego) Metoda podająca: wyjaśnienie Metoda podająca: -wyjaśnienie  Metoda podająca: -opis	15  5  5	foliogram  foliogram
<b>IV</b>	Podsumowanie tematu lekcji i ocenianie uczniów 1.Podsumowanie tematu lekcji	Metoda praktyczna: -ćwiczenie przedmiotowe (uczniowie wpisują w tekście brakujące wyrazy związane z treścią lekcji)	15	arkusze do wypełnienia



Nauczyciel, prowadząc lekcję według powyższego konspektu, skupił uwagę na działaniach aktywizujących młodzież. Temat lekcji powinno się tak sformułować, by był zrozumiały i trafnie wskazywał, o czym będzie mowa podczas zajęć oraz by zainteresował uczniów (może być w formie pytania). Mapa Myśli we wprowadzeniu do zajęć ma pobudzić uczniów do myślenia i jednocześnie wskazać hasłowo na pierwsze skojarzenia związane z handlem hurtowym w organizacjach. Cele lekcji formułowano według zasad N.E. Gronlunda, dzieląc je na ogólne i szczegółowe, wychodząc od ogółu do szczegółu. W rozwinięciu zastosowano metodę problemową: wykład konwersatoryjny, którego założeniem jest przeplatanie wypowiedzi uczniów i nauczyciela na temat istoty i przykładów handlu hurtowego w organizacjach na rynku. Foliogram zastosowany przez nauczyciela musi być czytelny, pisany odpowiednią czcionką, należy zamieszczać na nim niezbyt dużo treści, powinien mieć tytuł i źródło. Efektem 45-minutowej lekcji jest uzupełnianie tekstu przez uczniów w brakujące wyrazy związane z handlem hurtowym na rynku. Takie ćwiczenie przedmiotowe z zakresu metod praktycznych pozwoli prowadzącemu zajęcia czy treści zostały zrozumiane i ewentualnie co należałoby jeszcze powtórzyć.

W **konspekcie lekcji wychowawczej** autor zastosował metodę problemową: inscenizację, by uczniowie mogli dostrzec i wykazać różnice między zachowaniem uległym, agresywnym i asertywnym człowieka. Zastosowanie tej metody wymaga większego wysiłku nauczyciela, ponieważ inscenizacja wymaga napisania wcześniej scenariusza, według którego uczniowie odgrywają określone role. Należy również przygotować odpowiednie rekwizyty. Zastosowano metodę przewodniego tekstu nie tylko do odczytania ról poszczególnych aktorów, ale również do poznania zasad asertywnego zachowania człowieka. W podsumowaniu całego toku lekcji zastosowano metodę praktyczną: ćwiczenie przedmiotowe stosujące test na asertywność, którego zamierzeniem jest danie odpowiedzi uczniom na pytanie: „Czy jesteś osobą asertywną?”. Konspekt lekcji wychowawczej przedstawiono poniżej.

# KONSPEKT LEKCJI

Prowadzący: Adam Nowak

Data: 17.03.2011

Godzina wychowawcza

Klasa: I f

Temat: Czy jesteś osobą asertywną?

## 1. Cele lekcji-wiedza i umiejętności

Cel ogólny:

Uczeń potrafi poprawnie rozpoznać typy zachowań człowieka w życiu prywatnym i zawodowym

Cele szczegółowe:

Uczeń potrafi:

- zdefiniować czym jest asertywność w zachowaniach ludzkich
- rozróżnić poszczególne typy zachowań człowieka
- rozpoznać własny styl zachowania w różnych sytuacjach
- przejawiać zachowania asertywne

## 2. Metody kształcenia

Metoda podająca: wyjaśnienie, pogadanka

Metoda problemowa: wykład konwersatoryjny  
inscenizacja

Metody praktyczne: ćwiczenie przedmiotowe  
metoda tekstu przewodniego

## 3. Środki i materiały dydaktyczne

- teksty pt: „Zasady asertywnego zachowania”, „Typy zachowań ludzkich” dla uczniów przygotowane przez nauczyciela,
- tablica,
- test na asertywność dla uczniów przygotowany przez nauczyciela.

<b>Lp.</b>	<b>Przebieg tematyczny lekcji</b>	<b>Metoda kształcenia i czynności uczniów</b>	<b>Czas w min.</b>	<b>Zastosowane środki i materiały dydaktyczne</b>
<b>I</b>	Czynności organizacyjne 1. Sprawdzenie listy obecności 2. Wpis do dziennika		2	
<b>II</b>	Wprowadzenie do tematu lekcji 1. Cechy człowieka asertywnego 2. Podanie tematu i celów lekcji	Metoda podająca: -pogadanka Metoda podająca: -wyjaśnienie	2 1	tablica
<b>III</b>	Rozwinięcie tematu lekcji 1. Istota asertywności na tle zachowań agresywnych i uległych  2. Typy zachowań: agresywne, uległe, asertywne  3. Zasady asertywnego zachowania	Metoda problemowa: -wykład konwersatoryjny (uczniowie zastanawiają się na czym polega zachowanie agresywne, uległe, asertywne)  Metoda problemowa: -inscenizacja (uczniowie odgrywają role we wcześniej utworzonych grupach) Metoda praktyczna: -metoda przewodniego tekstu (uczniowie analizują tekst, następnie kolejno odczytują zasady asertywnego zachowania)	5  15  8	tablica  tekst pt: „Typy zachowań ludzkich”  tekst pt: „Zasady asertywnego zachowania”
<b>IV</b>	Podsumowanie tematu lekcji i ocenianie uczniów 1. Podsumowanie tematu lekcji 2. Weryfikacja poprawności rozwiązań w teście i ocenianie uczniów	Metoda praktyczna: -ćwiczenie praktyczne (uczniowie poprzez rozwiązanie testu dowiedzą się czy są asertywni)	11	test na asertywność

**Konspekt lekcji sprawdzającej poziom opanowanych wiadomości** (przedstawiony poniżej) ma nieco inną budowę niż konspekt lekcji wychowawczej. Zasadnicza różnica widoczna jest w samym toku lekcji. Nauczyciel musi się zastanowić nad formą przeprowadzenia pracy kontrolnej, czy to ma być test jedno-lub wielokrotnego wyboru, czy opisowe udzielanie odpowiedzi na zadawane pytania, czy chce sprawdzić tylko teoretyczne wiadomości uczniów odnośnie do wybranych zagadnień czy umiejętności praktyczne w zakresie nauczanych zagadnień (bądź jedno i drugie).

W przeprowadzeniu tego typu zajęć istotne jest we wprowadzeniu do tematu omówienie części składowych pracy oraz zasad udzielania odpowiedzi na zadawane pytania. Jeśli jest to sprawdzian z większej partii materiału, to zazwyczaj przeznaczają się na niego 45-minutową lekcję. Należy jasno i czytelnie formułować pytania, polecenia kontrolne i zadania praktyczne, które będą zrozumiałe dla zainteresowanych. Trzeba również zastanowić się nad kryteriami oceny uczniów.

Sprawdzian wiadomości składa się z części teoretycznej i praktycznej.

Część teoretyczna:

1. Opisz zasady obliczania wymiaru urlopu wypoczynkowego pracownika uwzględniając jego wykształcenie.
2. Jakie wyróżnia się formy wynagrodzeń pracowniczych w organizacji? Opisz dwie wybrane formy.
3. Ubezpieczenia społeczne i zdrowotne pracowników w organizacji-charakterystyka.

Część praktyczna:

1. Rozwiąż zadanie z treścią.

Dzienna produkcja wykonana przez 10 pracowników organizacji wynosi 1000 sztuk wyrobu „X”. Ustal wydajność pracy przypadającą na jednego pracownika oraz wydajność pracy przypadającą na godzinę pracy jednego pracownika.

# KONSPEKT LEKCJI

Prowadzący: Janina Nowakowska  
Data: 14.01.2011  
Przedmiot: Podstawy ekonomiczne i prawne  
Klasa: IB-policealne studium

**Temat: Sprawdzian wiadomości z działów: Prawa i obowiązki pracownika i pracodawcy. Ocena pracownika organizacji**

## 1. Cele lekcji-wiedza i umiejętności

Cel ogólny:

Uczeń potrafi poprawnie przytoczyć prawa i obowiązki pracownika i pracodawcy w organizacji oraz dokonać oceny pracownika

Cele szczegółowe:

Uczeń:

-odpowie na pytania zawarte w części teoretycznej sprawdzianu z zakresu:

Prawa i obowiązki pracownika i pracodawcy. Ocena pracownika organizacji

-rozwiąże zadanie z treścią w części praktycznej sprawdzianu dotyczące wydajności pracownika w organizacji usługowej

## 2. Metody kształcenia

Metoda podająca: wyjaśnienie

Metoda praktyczna: ćwiczenie przedmiotowe

## 3. Środki i materiały dydaktyczne

- tablica,

- kartki z pytaniami kontrolnymi dla uczniów przygotowane przez nauczyciela.

<b>Lp.</b>	<b>Przebieg tematyczny lekcji</b>	<b>Metoda kształcenia i czynności uczniów</b>	<b>Czas w min.</b>	<b>Zastosowane środki i materiały dydaktyczne</b>
<b>I</b>	Czynności organizacyjne 1. Sprawdzenie listy obecności  2. Wpis do dziennika		1	
<b>II</b>	Wprowadzenie do tematu lekcji  1. Podanie tematu i celów lekcji 2. Części składowe pracy kontrolnej (część teoretyczna i praktyczna) 3. Zasady udzielania odpowiedzi	Metoda podająca: - wyjaśnienie  Metoda podająca: - wyjaśnienie  Metoda podająca: - wyjaśnienie	2  1  1	tablica
<b>III</b>	Rozwinięcie tematu lekcji  1. Część teoretyczna sprawdzianu wiadomości z zakresu: Prawa i obowiązki pracownika i pracodawcy. Ocena pracownika w organizacji.  2. Część praktyczna sprawdzianu wiadomości.	Metoda praktyczna: - ćwiczenie przedmiotowe (uczniowie odpowiadają pisemnie na pytania kontrolne)  Metoda praktyczna: - ćwiczenie przedmiotowe (uczniowie rozwiązują zadanie z treścią odnośnie wydajności pracy pracownika organizacji usługowej)	25  10	kartki z pytaniami kontrolnymi  kartki z pytaniami kontrolnymi
<b>IV</b>	Podsumowanie tematu lekcji i ocenianie uczniów 1. Podsumowanie tematu lekcji	Pytania nauczyciel-uczeń	5	

# SCENARIUSZ LEKCJI

## **Temat**

Hałas jako czynnik szkodliwy dla zdrowia w miejscu pracy

## **Poziom nauczania, klasa, liczba jednostek lekcyjnych**

Policealne studium, grupa I d technikum, dwie jednostki lekcyjne

## **Cele lekcji**

### **Uczeń:**

- zna istotę hałasu jako czynnika szkodliwego w miejscu pracy,
- potrafi określić szkodliwość oddziaływania drgań i wibracji na organizm człowieka,
- potrafi poprawnie dokonać klasyfikacji zjawisk zmęczenia i wypoczynku istoty ludzkiej,
- wie w jaki sposób skutecznie zapobiegać hałasowi na hali produkcyjnej.

## **Metody kształcenia**

Metody podające: wyjaśnienie, pogadanka

Metoda praktyczna: metoda przewodniego tekstu,

Metoda eksponująca: pokaz łączony z przeżyciem

Metoda problemowa: aktywizująca: dyskusja dydaktyczna: burza mózgów

## **Formy pracy**

-praca indywidualna, praca grupowa

## **Środki i materiały dydaktyczne**

- prospekty przedsiębiorstwa produkcyjnego,
- regulamin obowiązujący pracownika na hali produkcyjnej,
- plansza pt: "Jak skutecznie niwelować hałas?",
- zatyczki do uszu,
- kaski pracownicze,
- słuchawki ochronne,
- plansza obrazująca siłę drgań i wibracji prasy oddziałujących na człowieka.

Przebieg lekcji

<b>Czynności nauczyciela i uczniów</b>	<b>Metody kształcenia</b>	<b>Formy pracy</b>	<b>Pomoce i materiały dydaktyczne</b>	<b>Wskazówki</b>	<b>Uwagi</b>
1. Wchodzimy z grupą na halę produkcyjną jednego z przedsiębiorstw w Częstochowie, w której panuje duży hałas. Witamy się z jednym z kierowników.	Metoda podająca: - wyjaśnienie	Praca grupowa			
2. Podchodzimy do stanowiska produkcyjnego, prasy, która wytwarza ogromne wstrząsy i drgania. Kierownik wyjaśnia istotę hałasu w miejscu pracy i na zasadzie otwartych pytań uczniów nawiązuje się rozmowa.	- wyjaśnienie - pokaz łączony z przeżyciem - pogadanka	Praca grupowa	Stanowisko produkcyjne, prasa	Daje to możliwość poznania zasad pracy na prasie, przede wszystkim zdobycie wiedzy na temat przyczyn hałasu. Dzięki odpowiedziom na pytania uczniów kierownik pomaga im w zrozumieniu omawianych zagadnień.	
3. W kolejnym etapie kierownik wyjaśnia, w jaki sposób określa się szkodliwość oddziaływania drgań i wibracji na organizm człowieka (właśnie na tym stanowisku pracy - prasie)	- wyjaśnienie - metoda przewodniego tekstu - pokaz łączony z przeżyciem	- praca grupowa - praca indywidualna	Plansza obrazująca siłę drgań i wibracji prasy oddziałujących na człowieka	Uczniowie poznają proces pracy maszyny i siłę hałasu	
4. Następnie kierownik zadaje pytanie: W jaki	- burza mózgow - wyjaśnienie	Praca grupowa		Uczniowie wspólnymi siłami próbują	



spółbód odróónić zmęczonego pracownika od wypoczętego pracownika w miejscu pracy?				wskazać na cechy osoby wypoczętej i zmęczonej na stanowisku pracy	
5. W kolejnym etapie spotkania kierownik omawia sposoby zapobiegania hałasowi na hali produkcyjnej na poszczególnych stanowiskach pracy	wyjaśnienie	Praca grupowa	-plansza pt: "Jak skutecznie niwelować hałas?" -zatzczki do uszu -kaski pracownicze -słuchawki ochronne -regulamin obowiązujący pracownika na hali produkcyjnej	Uczniowie uzyskują cenne, praktyczne informacje na temat zapobiegania hałasowi w miejscu pracy	
6. Na koniec spotkania pada jeszcze kilka pytań do kierownika ze strony słuchaczy i wszyscy żegnamy się z naszym rozmówcą dziękując za poświęcenie nam uwagi i czasu	Pytania kierownik -uczniowie	Praca grupowa			

Lekcja „Hałas jako czynnik szkodliwy dla zdrowia w miejscu pracy” została przeprowadzona poza terenem szkoły w ramach zajęć z przedmiotu „bezpieczeństwo i higiena pracy” podczas dwóch godzin lekcyjnych w jednym z przedsiębiorstw produkcyjnych w Częstochowie. Uczniowie bardzo cenią sobie możliwość rozmowy ze specjalistą, profesjonalistą danej branży, który może udzielić informacji w sposób wyczerpujący, dokładny i jest ekspertem w tym, co robi.

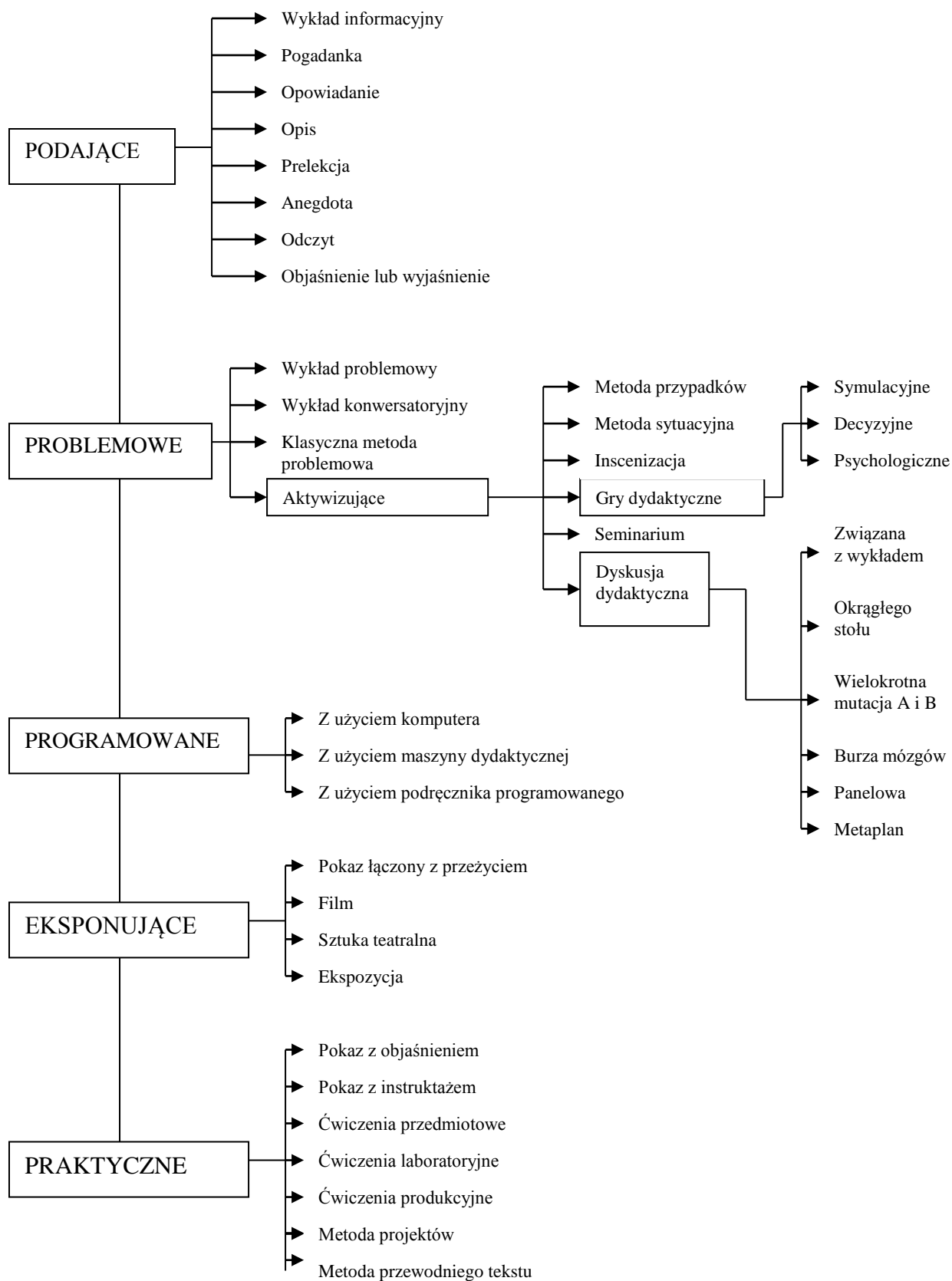
Z punktu widzenia dydaktycznego warto zauważyć, że scenariusz lekcji różni się od konspektu lekcji. Proszę zwrócić uwagę na przytoczone poniżej definicje tych dwóch pojęć:

**konspekt lekcji**-podstawowy, operacyjny plan pracy dydaktycznej nauczyciela, stanowiący rozwinięcie i skonkretyzowanie planu lekcji, którego głównym zadaniem jest pomoc w zrealizowaniu założonych celów dla danej lekcji. Konspekt lekcji składa się z następujących elementów: tematu lekcji, celów: głównych i szczegółowych, metod kształcenia, środków i materiałów dydaktycznych, przebiegu lekcji.

**scenariusz lekcji**-rozbudowany plan pracy dydaktycznej nauczyciela, stanowiący rozwinięcie i skonkretyzowanie planu lekcji, różniący się od konspektu lekcji następującymi elementami: opisem czynności nauczyciela, formami pracy, uwzględnieniem ewentualnych wskazówek i uwag nauczyciela w przebiegu lekcji. Do form pracy wykazywanych w scenariuszu lekcji zalicza się pracę grupową (zajęcia uczniów w podziale na grupy), pracę indywidualną (podczas której każdy uczeń pracuje samodzielnie) oraz pracę z całą klasą (współpraca nauczyciela ze wszystkimi uczniami w klasie).

## 2. Przykłady zastosowania wybranych metod kształcenia

### 1. Klasyfikacja metod kształcenia w nauczaniu przedmiotów zawodowych



## **Wielokrotna mutacja „A” i „B”**

Jest odmianą dyskusji okrągłego stołu. Podstawą tej metody jest praca w małych grupach. Jeśli dyskusja w klasie odbywa się nad jednym, wspólnym zagadnieniem jest to tzw. mutacja „A”. Procedura dyskusji wielokrotnej składa się z trzech faz i jest następująca:

### **Faza 1**

- ustalenie problemu będącego przedmiotem dyskusji (ustalenie przedmiotu dyskusji może nastąpić wcześniej i być powiązane z przekazaniem jej uczestnikom materiałów do przygotowania się. Jeśli nauczyciel nie polecił uczniom potrzebnych środków dydaktycznych, musi sam zapewnić odpowiednie źródła informacji. Mogą to być np. kserokopie artykułów, nagrania magnetofonowe itd.),
- podział na grupy oraz określenie wspólnych działań,
- wybór liderów grup (dobrze jest wybrać osoby, które znają się na omawianym zagadnieniu, wówczas ukierunkowanie i podsumowanie dyskusji nie powinno sprawiać im trudności).

### **Faza 2**

- zapoznanie się grup ze szczegółami przydzielonych zadań (zadanie dla grup powinno być podane w postaci pisemnej, w taki sposób, by nie budziło wątpliwości, jak je wykonywać),
- analiza wskazanych źródeł informacji (by grupa mogła skutecznie i właściwie działać liczba przygotowanych materiałów informacyjnych musi być odpowiednia. Mogą być one analizowane indywidualnie, bądź grupowo, kiedy jedna osoba czyta tekst, a pozostałe uważnie słuchają),
- dyskusja w grupach nad wyborem rozwiązania,
- wybór określonego rozwiązania i jego uzasadnienie.

### **Faza 3**

- zaprezentowanie wyników dyskusji przez liderów grup,
- wybór optymalnego rozwiązania,
- uzasadnienie wyboru optymalnego rozwiązania,
- podsumowanie zajęć.

Struktura mutacji „B” jest bardzo podobna do wcześniej opisanej. Różnica dotyczy tylko materiału nauczania, ponieważ podstawowe zagadnienia lekcyjne rozbijane są tutaj na podzagadnienia. W fazie pierwszej, podobnie jak w mutacji „A”, następuje podział klasy na grupy. Po rozdaniu zadań rozpoczyna się dyskusja w grupach. Jeśli przyjęte zostaną już określone rozwiązania, liderzy prezentują wyniki pracy grupy na forum klasy. Po każdej prezentacji odbywa się dyskusja wszystkich uczniów i ostateczne przyjęcie rozwiązań. Ta

część lekcji różni się nieco od zajęć według mutacji „A”, w której dyskusja plenarna rozpoczyna się dopiero po przedstawieniu wyników pracy wszystkich grup. Ostatnim elementem lekcji jest podsumowanie tego, co zostało powiedziane, powiązanie rozmaitych koncepcji, odniesienie ich do głównego tematu oraz ocena przebiegu dyskusji.

W dyskusji wielokrotnej przewidziane są trzy wyraźnie wyodrębnione fazy: pierwsza- obrady plenarne, druga- obrady w zespołach, trzecia- ponownie obrady plenarne. Czas przewidziany na poszczególne fazy powinien wynosić: - pierwsza około 15-20 minut, - druga około 30-45 minut, - trzecia około 20-30 minut. Podczas obrad wszystkie zespoły mogą poszukiwać odpowiedzi albo na to samo pytanie, albo każdy zespół na inne. Obrady najlepiej prowadzić w na tyle dużej sali, by dyskutujący nie przeszkadzali sobie nawzajem. Zespoły powinny liczyć 5-8 osób. Taka liczba umożliwi wypowiedzenie się każdemu, a jednocześnie pozwoli na ujawnienie się zróżnicowania poglądów. Należy jednak pamiętać, że ta faza dyskusji powinna zakończyć się wypracowaniem rozwiązania (rozwiązań) problemu będącego przedmiotem obrad. Zapisanie rozwiązania (np. na dużych arkuszach papieru) zoptymalizuje jego prezentację innym uczestnikom dyskusji. Wypracowane rozwiązania przewodniczący zespołów powinni przedstawić podczas ponownych obrad plenarnych oraz podjąć dyskusję ze wszystkimi obecnymi na sali. Następstwem ponownych obrad plenarnych musi być uzgodnienie rozwiązania (rozwiązań) problemu. Jeśli do tego nie dojdzie, należy rozważyć odbycie kolejnej rundy dyskusji, niekoniecznie tego samego dnia.

**Przykład:** „Strona popytu na rynku- wpływ poszczególnych czynników na decyzje konsumentów”

Po zainicjowaniu problemu przez nauczyciela (np. definiowanie przez uczniów pojęć: popyt, prawo popytu, wielkość popytu), dzieli się klasę na cztery małe grupy, z których każda opracowuje jeden wybrany (losowany) podtemat:

- „Zmiany gustu, mody, postęp cywilizacyjny a zmiana wielkości popytu”,
- „Kształtowanie się popytu wraz ze zmianą liczby kupujących”,
- „Wpływ dochodu na decyzje konsumentów”,
- „Rola reklam, rekomendacji, opinii znajomych w dokonywaniu wyborów ekonomicznych”.

Uczniowie w grupach dyskutują nad wpływem wymienionych czynników na kształtowanie się popytu. Swoje poglądy zapisują na kartkach A-4 i po 15 minutach prezentują swój głos w tej sprawie. Pozostałe grupy słuchają, ewentualnie włączają się do dyskusji, a następnie kolejna grupa prezentuje (odczytuje) wynik pracy na forum klasy. Po wystąpieniu

i zaprezentowaniu wszystkich zagadnień, rozpoczyna się frontalna dyskusja nad wpływem wymienionych czynników na codzienne życie.

Przykładowe pytania jakie powinny zostać zadane przez nauczyciela to:

-„Jak wyobrażacie sobie idealną sytuację rynkową?”,

-„Czy i jak zmienia się wpływ poszczególnych czynników na wasze życie?”,

-„Co według Was ma największy wpływ na podejmowanie przez konsumentów decyzji?”.

Ostatnim elementem lekcji jest ocena samego przebiegu dyskusji, można ją przeprowadzić zadając następujące pytania:

-„Jak Waszym zdaniem przebiegała nasza dyskusja?”

-„Czy każdy mógł się swobodnie wypowiedzieć?”

-„Czy słuchaliście siebie nawzajem?”.

### **Wykład informacyjny**

Polega na podaniu grupie uczniów wiedzy w jej naukowej postaci. Treści są tak dobierane, by wyczerpywały możliwie całość wiedzy z danego zakresu. Wiadomości są przedstawiane w sposób usystematyzowany i w ustalonym porządku logicznym. Aktywny stosunek ucznia do wykładu zależy od spełnienia przez niego określonych wymagań. Musi on utrzymać przez dłuższy czas uwagę i koncentrować ją na treściach przekazywanych przez nauczyciela.

#### **Przykład:**

## *Stres w pracy zawodowej*

### ***STRES – CO TO JEST?***

Stres w najogólniejszym ujęciu to "nieswoista reakcja organizmu na wszelkie stawiane mu zadania".

Stres jest to stan wzmożonej gotowości i nadmiernego pobudzenia organizmu, by lepiej, skuteczniej i efektywniej zadziałać. Nie jest to zjawisko całkiem negatywne. Bez stresu nie potrafimy żyć. Stres można by nazwać przyprawą życia.

Przyczyna stresu jest czynnikiem sytuacyjnym, stresorem, czy też innymi słowy sytuacją trudną. Sytuacja trudna zawiera czynniki, które stanowią zagrożenie dla jednostki - sygnalizowane lub bezpośrednio doznawane - lub zakłócają, bądź uniemożliwiają działanie zmierzające do osiągnięcia celu, bądź powodują pozbawienie cenionych wartości; sytuacja trudna wyzwała stan wzmożonej aktywacji i obciąża lub przeciąża system regulacji zachowań.

### *Pośród stresorów wyróżnia się:*

- *stresory przewlekłe* (np.: nieakceptowane otoczenie, wieczna pogoń za...)
- *ważne wydarzenia życiowe* (rozwód, ślub, pogrzeb, zmiana pracy itp.)
- *dokuczliwe kłopoty codzienne.*



## *Zjawisko stresu przebiega w trzech fazach:*

- 1. Stadium reakcji alarmowej** - początkowa, alarmowa reakcja zaskoczenia i niepokoju z powodu naszego niedoświadczenia i konfrontacji z nową sytuacją
- 2. Stadium odporności** - faza przystosowania; jednocześnie organizm słabiej toleruje działanie szeregu innych bodźców, poprzednio nieszkodliwych
- 3. Stadium wyczerpania** - uogólnione pobudzenie całego organizmu, podobnie jak w stadium reakcji alarmowej, które jednak nie służy już zwalczaniu stresora, jest natomiast wskaźnikiem rozregulowania funkcji fizjologicznych i utraty zdolności obronnych przez organizm; zużycia zapasów energii, prowadzące do zmęczenia lub załamania się homeostazy (a w przypadku krańcowym do śmierci).

## *Wyróżniamy dwa podstawowe rodzaje stresu:*

- **dobry**, nazywany **eustresem** - który dostarcza energii do działania, zwiększa naszą efektywność, sprawia, że chce się żyć,
- **zły**, czyli **dystres** - dezorganizuje, nie pozwala myśleć, paraliżuje.

## *Główne przyczyny stresu :*

- *Poczucie braku kontroli*
- *Monotonia*
- *Naglące terminy*
- *Stosowanie przemocy, zastraszanie i inne formy nękania i molestowania pracowników*
- *Szkodliwe warunki pracy*

## *PODSUMOWANIE*

Można stwierdzić, że stres w pracy pojawia się tam, gdzie:

- zadanie jest spostrzegane jako trudne, a zwłaszcza gdy trudność jest niejasna, nie wiadomo na czym dokładnie ona polega – i przez to budzi niepokój;
- człowiek stara się sprostać temu zadaniu, czyli traktuje je jako swojego rodzaju wyzwanie, a nie podjęcie wyzwania zaburza mu obraz własnej osoby, grozi obniżeniem samooceny
- następuje wyczerpywanie się zapasu energii tak fizycznej, jak i psychicznej

## **Drzewko decyzyjne**

Jest to graficzny zapis analizy procesu podejmowania decyzji. Metoda ta pozwala uświadomić uczniom wyraziście, że każda decyzja powoduje określone skutki pozytywne lub negatywne; uczy więc przewidywania konsekwencji postępowania i ponoszenia odpowiedzialności za nie. Forma graficzna drzewka zmusza do logicznego myślenia i precyzyjnego formułowania sądów.

Poprawne wypełnienie schematu wymaga:

- zdefiniowania problemu,
- znalezienia różnych możliwości rozwiązania problemu (drzewko będzie miało tyle gałęzi, ile jest tych możliwości),
- określenia pozytywnych i negatywnych skutków każdej możliwości (z punktu widzenia stawianych sobie celów i wartości),
- podjęcia decyzji.

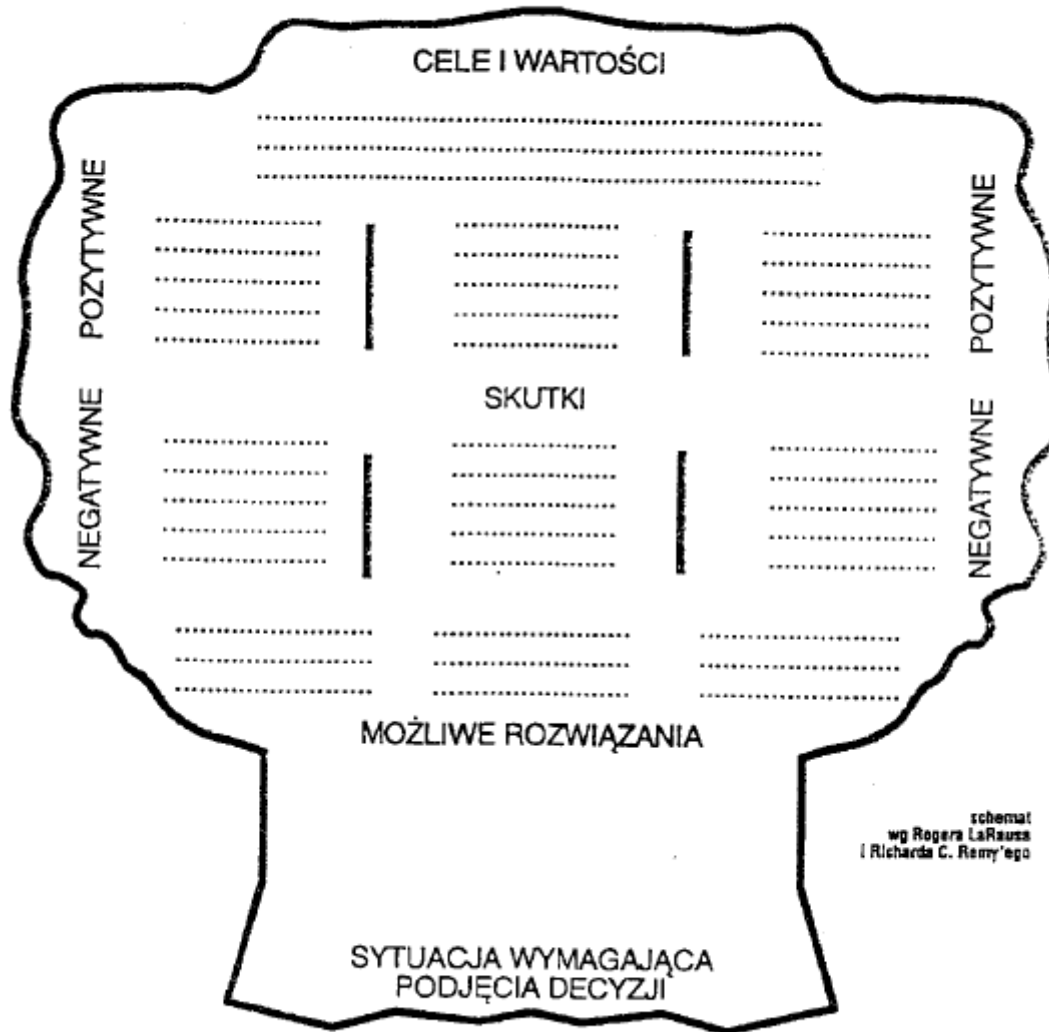
Schemat należy wypełniać od pnia, określając najpierw na czym polega problem decyzyjny; następny poziom to gałęzie, gdzie wpisuje się możliwe rozwiązania problemu; w koronie drzewa należy określić cele i wartości, którymi kieruje się osoba podejmująca decyzję -stanowią one zarazem kryterium oceny poszczególnych możliwości.

Drzewko decyzyjne można wykorzystywać do pracy z całą klasą (gdy metoda jest nowa dla dzieci) lub do pracy w grupach; w pierwszym przypadku trzeba przygotować duży schemat drzewka, który w toku ogólnoklasowej dyskusji będzie uzupełniany; w drugim przypadku uczniowie pracują w grupach, a następnie referują efekty swojej pracy; praca w zespołach zmusza do większej aktywności i samodzielności.

### **Przykład:**

Nauczyciel wskazuje na główny cel lekcji, jakim jest uświadomienie uczniom sposobów postępowania, pozwalających złagodzić skutki nieodpowiedniego poziomu stresu. Przeprowadzenie lekcji według powyższej metody zobowiązuje nauczyciela do zdefiniowania problemu. Najogólniej mówiąc: „Stres jest to relacja między umiejętnościami radzenia sobie jednostki a wymaganiami stawianymi przez otoczenie”. Następnie nauczyciel przedstawia przygotowany wcześniej schemat drzewka, który w toku ogólnoklasowej dyskusji będzie uzupełniany.

# SCHEMAT DRZEWA DECYZYJNEGO



## SYTUACJA WYMAGAJĄCA PODJĘCIA DECYZJI

Stres-jak sobie z nim radzić?

## MOŻLIWE ROZWIĄZANIA

- odpowiednie zarządzanie czasem (np. właściwe planowanie z uwzględnieniem odpowiednich zasobów),
- właściwa postawa wobec życia,
- właściwy dystans wobec spraw,
- lista priorytetów (jest to lista zadań do wykonania, które mają służyć osiągnięciu zamierzonego celu),
- poczucie kontroli,

- właściwa postawa wobec innych ludzi,
- wyciszenie (np. poprzez czytanie książki, słuchanie muzyki, medytacje itd.),
- zdrowie, dieta i ćwiczenia,
- eliminowanie stresu ze swego otoczenia.

### **SKUTKI NEGATYWNE**

- krótkotrwałe objawy fizyczne (m.in.: przyspieszone bicie serca, mdłości, suchość ust, biegunka itp.),
- krótkotrwałe obniżenie efektywności pracy (m.in.: trudności w podjęciu decyzji, utrata satysfakcji z pracy itp.),
- długotrwałe objawy fizyczne (m.in.: zmiana apetytu, bóle różnego pochodzenia, uczucie zmęczenia itp.),
- symptomy emocjonalne (m.in.: lęk, niepokój, złe samopoczucie, zmiany nastroju, trudności ze spaniem itp.),
- symptomy na poziomie zachowania (m.in.: tiki nerwowe, złe nastroje np. krytycyzm, agresja, spadek efektywności, brak troski o własny wygląd itp.).

### **SKUTKI POZYTYWNE**

Stres w umiarkowanej dawce:

- motywuje do pracy,
- stymuluje do działania,
- jest siłą napędową (motorem działań),
- wyzwała w nas siłę do podejmowania trudnych zadań,
- dzięki niemu bierzemy na siebie nowe wyzwania,
- mobilizuje organizm do wysiłku.

### **CELE ZASTOSOWANIA METODY**

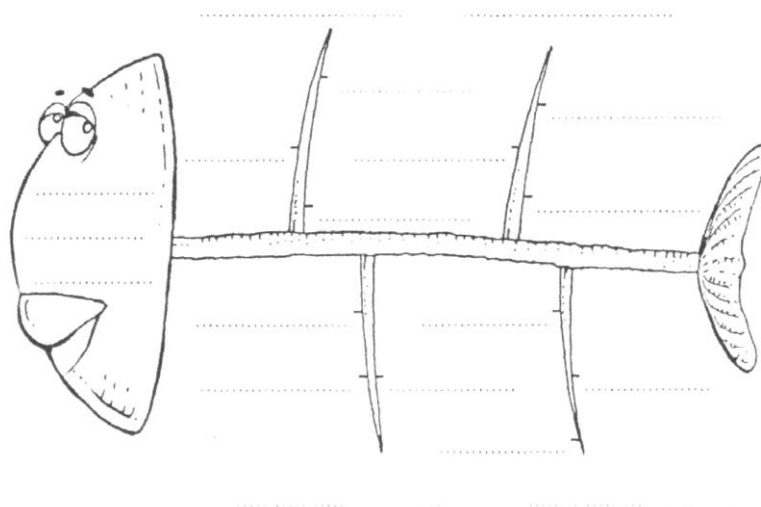
Podstawowym celem jest to, że dzięki tej metodzie mamy okazję uświadomić sobie reakcje własnego organizmu na poszczególne sytuacje. Im lepiej poznamy siebie, swoją tolerancję na stres i najczęściej nękające nas problemy, tym lepiej nauczymy się je pokonywać. Częściej będziemy cieszyli się zdrowiem i rzadziej martwili chorobą.

## Schemat przyczynowo-skutkowy (tzw. szkielet rybiej ości)

Zastosowanie metody:

- na plakacie lub tablicy nauczyciel rysuje schemat przypominający rybi szkielet, w głowie ryby wpisuje dowolny problem,
- uczniowie metodą burzy mózgów wymieniają główne czynniki, które miały wpływ na powstanie danego problemu, wpisują je na tzw. dużych ościach,
- nauczyciel dzieli uczniów na tyle grup, ile jest dużych ości, każda grupa otrzymuje jeden czynnik główny (dużą ość) i w określonym czasie stara się odnaleźć przyczyny, które na niego wpłynęły,
- przedstawiciele grup wpisują czynniki szczegółowe (małe ości) na schemat,
- z czynników szczegółowych (małych ości) uczniowie wybierają, ich zdaniem, najistotniejsze,
- uczniowie wyciągają wnioski i rozwiązują problem.

Schemat rybiego szkieletu



### Przykład:

Podczas zajęć lekcyjnych nauczyciel stawia problem do rozwiązania: „Przyczyny zróżnicowania poziomu rozwoju krajów Unii Europejskiej” i wpisuje go do schematu, który odręcznie rysuje na tablicy. Następnie częściowo uzupełnia schemat wykorzystując wypracowane wnioski.

## EUROPA ZACHODNIA

- wieloletnie korzystanie z funduszy strukturalnych UE
  - zmodernizowanie gospodarki
  - korzyści z wcześniejszej integracji: Rynek Wewnętrzny
  - wieloletnia wspólna polityka rolna i transportowa
- 
- zaczopanie technologiczne
  - dziedzictwo gospodarki planowej
  - zadłużenie zagraniczne
  - trudności związane z transformacją systemu ekonomicznego

Przyczyny  
zróżnicowania  
poziomu  
rozwoju  
krajów UE

### Gry dydaktyczne decyzyjne

Kształcą umiejętności podejmowania decyzji i modelowania zachowań, są zbliżone do gier ekonomicznych, kierowniczych itp. Mają duże znaczenie w procesie kształcenia ze względu na rozwijanie aktywności, samodzielności i pomysłowości uczniów. Gry dydaktyczne decyzyjne łączą różne sposoby poznawania rzeczywistości poprzez słuchanie, oglądanie, działanie, przeżywanie. Wszystkie działania pobudzają uczniów do myślenia. Mają one nie tylko wartości dydaktyczne, ale także terapeutyczne i wychowawcze.

#### Przykład:

Gra „Zasady funkcjonowania gospodarki rynkowej” ma na celu prezentację zagadnień okrężnego obiegu dóbr, usług i płatności w gospodarce. W trakcie symulacji uczniowie odgrywają role przedsiębiorców i przedstawicieli gospodarstw domowych, starając się efektywnie wykorzystać posiadane zasoby i podjąć racjonalne decyzje w celu osiągnięcia maksymalnego zysku. Gospodarstwa domowe sprzedają przedsiębiorstwom ziemię, pracę i kapitał, czyli czynniki wytwórcze, których są właścicielami. Producenci płacą za uzyskane zasoby i wytwarzają dobra i usługi, a następnie sprzedają je konsumentom, dysponującym już osiągniętym w poprzednio zawieranych transakcjach dochodem. Obie strony realizują własne



strategie, kierując się zasadą maksymalizacji użyteczności (gospodarstwa domowe) i zysku (producenci).

Gra pomaga zrozumieć współzależność pomiędzy podmiotami gospodarczymi w systemie rynkowym oraz umożliwia utrwalenie podstawowych pojęć ekonomicznych, takich jak popyt, podaź, konkurencja, cena, czynniki wytwórcze. Pozwala również na uproszczoną prezentację funkcjonowania gospodarki w skali makroekonomicznej i ukazanie związków pomiędzy tak trudnymi dla ucznia zjawiskami i pojęciami, jak PKB, poziom produkcji, bezrobocie, inwestycje i oszczędności.

### **Metoda „Jig Saw”**

Stosując tę metodę kształcenia zrzuca się na uczniów odpowiedzialność za nauczenie części materiału swoich kolegów. Każdy uczeń w grupie powinien zostać ekspertem, a w konsekwencji przyczynić się sukcesu zespołu. Metoda ta polega na przyporządkowaniu materiału do analizy dla każdej z grup (o takiej samej liczebności) oraz przypisaniu każdej osobie w grupie innego znaku charakterystycznego. Po zapoznaniu się grupy z materiałem staje się ona grupą ekspercką, która tworzy test ze znanego materiału. Następnie osoby oznaczone tym samym znakiem charakterystycznym są łączone z osobami pełniącymi tę samą funkcję w innych grupach (np. czerwony kolor z czerwonym), w wyniku czego powstają nowe grupy osób z informacjami zdobytymi w swojej grupie.

Jest to jedna z metod kształcenia we współpracy. Ma charakter uniwersalny i może być stosowana na różnych przedmiotach. Metodę Jig Saw wykorzystuje się wtedy, gdy uczniowie mają do przyswojenia pewną partię materiału, którą da się podzielić na spójne fragmenty. Stanowią one elementy, jakby puzzle, tworzące całą układankę. Każdy uczeń w klasie ma opanować całość wiedzy. Wszyscy rozwijają się - zgodnie z zasadą, że najlepszą metodą uczenia się jest uczenie innych. W tej metodzie każdy jest ważny, bo od jego pracy zależą wyniki wszystkich. Są różne nazwy tej metody („klasa-układanka” , „puzzle”) , ale sedno jest to samo: każdy uczestnik grupy powinien zostać ekspertem, który w istotny sposób przyczynia się do osiągnięć całego zespołu.

Zadaniem każdej osoby jest przedstawienie swojej metody na forum nowo powstałej grupy. Reszta członków grupy ma za zadanie wysłuchać prezentacji tej osoby oraz zapamiętać jak najwięcej informacji. Każda z grup ma za zadanie rozwiązać test sporządzony przez inne grupy eksperckie, na podstawie uzyskanych wcześniej informacji od tych grup.



„Jig Saw” krok po kroku

Klasa zostaje podzielona na grupy 4-6 osobowe (w idealnym przypadku liczebność grupy odpowiada ogólnej liczbie grup, a więc 5 grup po 5 osób lub 6 grup po 6 osób).

### **Krok 1**

Uczniowie pracują w grupach tzw. eksperckich. Każda grupa dostaje do przestudiowania inną część lub inny aspekt tematu, działu programowego itp. Grupy mają za zadanie przedyskutować, rozpracować swoją część wiedzy. Każda osoba w grupie musi na tyle dobrze zrozumieć zagadnienie, żeby móc wytłumaczyć je innej grupie uczniów.

### **Krok 2**

Drugi podział na grupy polega na tym, że w skład każdej nowej grupy wchodzi jeden przedstawiciel każdej z poprzednich („eksperckich”) grup. Przedstawiciele ci kolejno relacjonują, czego nauczyli się w poprzednich grupach, na poprzednim etapie. Dobrym pomysłem jest polecić grupie wykonanie zadania zbierającego wszystkie te informacje.

### **Krok 3**

Eksperti wracają do swoich grup, sprawdzają, czy wszyscy nauczyli się wszystkiego. System ten wymusza współpracę - aby uzyskać pozytywny rezultat, każdy uczeń musi skorzystać z pomocy (wiedzy) innego ucznia. Każdy też musi pomóc wszystkim pozostałym.

Rola i czynności nauczyciela podczas zajęć prowadzonych metodą „Jig Saw”

Podstawowym zadaniem nauczyciela jest otwartość na stosowanie metod aktywizujących (także metody Jig Saw). Zwiększają bowiem one atrakcyjność zajęć oraz umożliwiają kształtowanie kluczowych umiejętności.

W przypadku tej metody ważny jest taki wybór treści nauczania, aby wybrane tematyki cechowały się zbliżoną pod względem zakresu i stopnia trudności strukturą. Każda grupa „ekspertów” powinna opanować w tym samym czasie mniej więcej równoważne treści, pracować z materiałem o podobnej objętości stron. Czasami taki układ zamieszczony jest w podręcznikach uczniowskich, w innych przypadkach nauczyciel powinien materiały dla uczniów przygotować samodzielnie. Ważną czynnością przed rozpoczęciem zajęć jest poinformowanie uczniów o kolejności faz pracy i o tym, iż opanowanie przez każdego ucznia określonego tematu, będzie w swoisty sposób weryfikowane przez innych uczniów-„Czego

się sam nie nauczysz, nie nauczysz innych, ktoś inny nie nauczy ciebie”. W trakcie zajęć w grupach nauczyciel obserwuje i kontroluje stopień zrozumienia tekstu, dokonywanej syntezy, sposobu jej przekazania innym. W trakcie pracy grup dokonuje korekt stosowanego słownictwa, zakresu ważności poznawanych spraw.

Efektywność metody „Jig Saw”

Generalnie poprzez zwiększenie aktywnego udziału uczniów w czym obserwowany jest wzrost efektów nauczania. Motywacją jest świadomość - „za chwilę ja będę musiał kogoś innego nauczyć tego, czego sam się nauczyłem”.

Metoda „Jig Saw” ma wiele zalet. Dzięki niej uczniowie nabywają lub rozwijają szereg cennych umiejętności:

- czytania ze zrozumieniem,
- selekcji informacji,
- układania planu,
- aktywnego słuchania,
- wypowiadania się na forum grupy,
- współdziałania przy realizacji zadania,
- rozwiązywania konfliktów w grupie,
- pełnienia różnych ról.

### **Metoda przypadków**

Polega na analizie przypadku i dyskusji nad zdarzeniem zaprezentowanym przez nauczyciela na piśmie, taśmie magnetofonowej czy magnetowidowej i znalezieniu odpowiedzi na pytania typu :

- Jakie jest inne, możliwe najlepsze rozwiązanie tego problemu?
- Co należy zrobić, aby przedsięwzięcie się powiodło, aby zapobiec zaistniałym skutkom?
- Jaką decyzję podjąłbyś na miejscu bohatera przypadku?

Stosując tę metodę nie podaje się nowego materiału, lecz przedstawia sytuację problemową w taki sposób, aby uczniowie musieli wykorzystać wiedzę i doświadczenie w nowych warunkach lub przy podejmowaniu trafnych decyzji. O sukcesie tej metody, oprócz dobrego

opisu przypadku, decydować będzie dokładne zapoznanie uczniów z elementami pracy, jak i czuwanie nad sprawnym przebiegiem dyskusji.

Przebieg zajęć:

1. Poznanie opisu przypadku-uczniowie otrzymują opis przypadku do indywidualnego przeczytania.

2. Zadawanie pytań dotyczących przypadku-należy przeznaczyć kilka minut na zadawanie pytań wyjaśniających. Pytania powinny być krótkie i konkretne. Odpowiedzi mają być precyzyjne i zwięzłe, pozbawione sugestii i domysłów odpowiadającego.

3. Analiza opisu zdarzenia-dokładna analiza ma na celu wykrycie przyczyn i skutków oraz selekcji na ważne i mniej ważne, a także wyłonienie czynników decydujących o rozwiązaniu problemu.

4. Znalezienie optymalnych sposobów rozwiązania problemu-zgłaszanie przez uczniów propozycji rozwiązań problemu wraz z ich uzasadnieniem, na podstawie wcześniej zebranych informacji analizuje się różne rozwiązania problemu i wybiera najlepsze-w tej części zajęć dochodzi do myślenia problemowego i ścierania się poglądów. Należy również podać argumenty, na podstawie których podjęto decyzję-to ważny moment kształtujący umiejętność myślenia problemowego i obrony własnych racji. Przy wyborze ostatecznej propozycji rozwiązania można skorzystać np. z piramidy priorytetów.

5. Ocena przebiegu zajęć-musi mieć charakter merytoryczny i dydaktyczny. Nauczyciel odnosi się do celów zajęć, podsumowuje je, ocenia sposób i trafność stawianych pytań, prawidłowość wnioskowania oraz aktywność uczestników. Uczniowie mogą wypowiadać się na temat tego, co sprawiło im największą trudność, co było dla nich łatwe, czy są zadowoleni ze swojego udziału w zajęciach. Metoda przypadków daje możliwość rozwoju następujących umiejętności:

- cichego czytania ze zrozumieniem,
- stawiania jasnych precyzyjnych pytań i twórczego myślenia,
- twórczego poszukiwania optymalnych rozwiązań,
- kompleksowego stosowania pojedynczych fragmentów wiedzy z różnych dziedzin,
- stosowania zdobytej wiedzy w praktyce,
- wyszukiwania potrzebnych informacji z różnych źródeł,
- precyzyjnego wypowiadania się,
- obrony własnego zdania,
- podejmowania trafnych decyzji.

## **Przykład:** „Motywowanie pracowników w organizacji”

Krótką historią działalności firmy.

Firma Ema liczy 15 osób. Firma istnieje na rynku od dwóch lat. Zespół zdążył się zintegrować, osiągnął wspólnie szereg sukcesów. Dziś firma przynosi niewielki, ale stabilny zysk. Niestety wśród członków zespołu widać wypalenie i chęć zmiany. Od ponad pół roku wszyscy cały czas wykonują te same czynności-wdrażają u swoich klientów nowe wersje systemu komputerowego. Na początku było to dla nich ciekawe i twórcze, ale teraz stało się rutynowe. A nic nie wskazuje na to, by firma zajęła się nowymi rzeczami (nowe rynki, produkty itp.), bo nie ma pieniędzy na dalsze inwestycje (zysk jest, ale zbyt niski, by inwestować w nowe projekty).

Zadanie

Pracownicy, czując, że popadają w rutynę, zaczynają słabiej pracować. Niektórzy myślą nawet o odejściu. Co powinien zrobić szef tego zespołu? Sporządź listę wszystkich możliwych kroków, jakie można podjąć.

Przykładowe rozwiązania zaistniałego przypadku sporządzone przez uczniów:

- zainwestowanie w rozwój pracownika (szkolenia itp.). Nawet małe przedsiębiorstwo może sobie pozwolić na taki wydatek,
- organizowanie wyjazdów integracyjnych, powiązanych z wypoczynkiem i relaksem,
- wprowadzenie premii, nagród dla najlepszego pracownika,
- stworzenie konkursu dla pracowników na plan rozwoju przedsiębiorstwa (co będzie się wiązać z możliwością zwiększenia zysku, który w przyszłości umożliwi inwestycje w nowe projekty); nagrodą będzie awans pracownika,
- uhonorowanie najlepszego pracownika tytułem pracownika miesiąca (co będzie się wiązało z premią lub nagrodą rzeczową),
- stworzenie lepszej atmosfery pracy np. poprzez ustanowienie jednego dnia tygodnia dniem tzw. luźnym, co oznacza niezobowiązujący strój, krótsze godziny pracy,

- podzielenie pracowników na dwa zespoły, które będą rywalizować o nagrodę,
- umiejętne wprowadzenie konfliktu, dzięki któremu zostanie ożywiona atmosfera w pracy,
- określenie nowych zadań i celów dla pracowników, aby urozmaicić dotychczas wykonywane czynności oraz umożliwić rozwój.

### **Burza mózgów**

Burza mózgów zwana również twórczą dyskusją, stanowi niekonwencjonalny sposób zespołowego poszukiwania nowych pomysłów dotyczących metod rozwiązywania problemów. Opracowana w 1936r. przez Amerykanina A.Osborne'a; pierwszy raz zastosowana w 1938r. Proces rozwiązywania problemów tą metodą składa się z dwóch typowych czynności intelektualnych: wytwarzania pomysłów rozwiązania problemu i ich oceny. W klasycznej metodzie problemowej czynności te przeplatają się ze sobą na zasadzie sprzężenia zwrotnego, przy czym zachodzi tu zjawisko natychmiastowego wartościowania. W burzy mózgów występuje natomiast oddzielenie w czasie procesu tworzenia pomysłów od ich oceny i selekcji, w związku z czym burza mózgów nosi również nazwę metody odroczonego wartościowania.

Mysłą przewodnią burzy mózgów jest pobudzanie uczestników sesji (zebrania), aby swobodnie zgłaszali dużą liczbę pomysłów. Wychodzi się tu z podstawowego założenia: duża liczba pomysłów zawiera przynajmniej kilka dobrych. Statystyka dowodzi, że 12-15% zgłoszonych pomysłów ma wartość praktyczną, a pomysły zakwalifikowane do realizacji stanowią 2-3%.

W jednej z wersji burza mózgów składa się z dwóch etapów:

- W pierwszym etapie osoby uczestniczące zachęcane są do swobodnego zgłaszania pomysłów i wymiany poglądów z zastrzeżeniem braku jakiegokolwiek krytycyzmu. Wszystkie pomysły są zapisywane, bądź sesja rejestrowana jest na taśmie.
- W drugim etapie ekspert lub grupa ekspertów nieuczestniczących w pierwszym etapie przegląda jego wyniki i stara się odsiać idee mające sens.

Burzę mózgów stosuje się łatwo, a jej przygotowanie nie wymaga długiego czasu. Od nauczyciela wymaga się, aby przygotował problem do rozwiązania (np. w formie pytania). Musi to być problem dywergencyjny, czyli mający wiele prawidłowych rozwiązań. Nauczyciel musi też przygotować wiadomości, które pozwolą uczniom zrozumieć problem.

Metoda ta polega na postawieniu przez prowadzącego pytania lub zagadnienia. Praca składa się z trzech etapów:

### I. Wprowadzenie

Nauczyciel przygotowuje uczniów do zrozumienia problemu, który mają rozwiązać (może to być wykład, pogadanka, praca z tekstem). Zadaniem nauczyciela jest także zapoznanie uczniów z zasadami uczestnictwa w burzy mózgów. Należy zwrócić uwagę na następujące reguły:

- każdy uczeń ma prawo zgłosić dowolną liczbę pomysłów,
- ważna jest liczba, a nie jakość pomysłów,
- pomysły nie mogą być przez nikogo oceniane, krytykowane i komentowane,
- można korzystać z wcześniej zgłoszonych pomysłów, zmieniać je lub rozwijać,
- nie notuje się autora pomysłu,
- pomysły mogą być najbardziej śmiało i nedorzeczne,
- głosu udziela prowadzący sesję,
- pomysły powinny być notowane na tablicy, ewentualne w zeszyte (wybieramy sekretarza).

W innym wariantcie, aby zapewnić pełną anonimowość i nieocenianie, pomysły zgłasza się na osobnych kartkach. Sekretarz (uczeń) grupuje kartki według koncepcji rozwiązań.

### II. Zbieranie pomysłów

Uczniowie podają pomysły rozwiązania tego problemu. Sesja trwa 5-15 minut. Jej koniec wyznacza wyraźny spadek liczby zgłaszanych pomysłów lub decyzja nauczyciela, że zgromadzony materiał wystarczy już do dalszego prowadzenia lekcji i rozwiązania problemu.

### III. Analiza pomysłów

Ocena rozwiązań następuje dopiero po zgłoszeniu wszystkich propozycji. Następuje dyskusja na temat każdego rozwiązania i jego ocena. Uczniowie wspólnie z nauczycielem wybierają najtrafniejsze rozwiązania problemu postawionego przez nauczyciela i uzasadniają swoje stanowisko. Najlepsze rozwiązanie zostaje wprowadzone w życie i sprawdzone pod względem efektywności.

### Zalety i warunki powodzenia nauczania metodą burzy mózgów

Burza mózgów to jedna z metod kształcenia, która zdobyła sobie ogromną popularność. Jej niewątpliwą zaletą jest możliwość otrzymania w krótkim czasie dużej liczby różnorodnych rozwiązań danego problemu, a także pobudzenie uczniów do twórczego myślenia. Metoda ta przydaje się więc, jeżeli do dalszego prowadzenia lekcji nauczyciel potrzebuje wielu

sposobów rozwiązania problemu lub też do sprawdzenia, jak dalece użyteczna jest wcześniej opanowana wiedza. Na lekcjach problemowych burza mózgów w sposób atrakcyjny dla ucznia pozwala zebrać hipotezy, z których każda tkwi płycej lub głębiej w umyśle ucznia. Burza mózgów pozwala na rozwinięcie u uczniów umiejętności słuchania, a jednocześnie powstrzymywania się od krytyki cudzych wypowiedzi. Proces myślenia składa się z dwóch faz: generowania (produkcji) hipotez oraz ich estymacji (oceniań). Jeżeli faza estymacji jest zbyt bliska fazie generowania, uczeń powstrzymuje się od wygłoszenia swoich racji. Kiedy ma zgłosić publicznie pomysł rozwiązania danego problemu, może go oceniać, biorąc pod uwagę ocenę grupy jak zostanie przez nią odebrany, oraz czy jego pomysł jest uzasadniony w świetle już posiadanej wiedzy. Nieoceniać wpływa na to, że pomysł, nawet z pozoru niedorzeczny, może zostać przyjęty, a po późniejszej ocenie i modyfikacji wprowadzony w życie.

Burzę mózgów stosuje się łatwo. Jej przygotowanie nie wymaga długiego czasu. Nie potrzeba specjalnych pomocy dydaktycznych. Powodzenie tej metody jest jednak uzależnione od aktywności całej grupy, z czym niekiedy nauczyciel może mieć trudności. Ważne też jest, że burza mózgów stanowi jedynie początkową fazę lekcji. Nie można pominąć ostatniego etapu: wśród istniejącego zbioru pomysłów należy jeszcze dokonać wyboru najlepszego według wcześniej ustalonego kryterium oceny.

### **Przykład**

Nauczyciel podaje hasło „stres”, zadaniem uczniów jest wypisanie jak największej liczby skojarzeń z tym słowem. Następnie wybrane osoby odczytują swoje zapiski. Pozostali uczniowie kontrolują, czy mają takie same skojarzenia, czy inne. Następnie prowadzący prosi uczniów, by na osobnych kartkach wypisali czynniki powodujące stres pracownika w organizacji. Po tej czynności uczniów, owe czynniki zostają przyklejone na dużym arkuszu papieru, można je pogrupować i wysnuć wnioski końcowe.

### **Pogadanka**

Jej początki sięgają czasów Sokratesa i prowadzonych przez niego dialogów dydaktycznych. Jedna strona to nauczyciel zadający pytania, druga to uczeń starający się udzielić odpowiedzi. Przewaga nauczyciela polega na tym, że wie do czego zadawane przez niego pytanie zmierza i jakiego logicznego ciągu jest składnikiem, natomiast uczeń tego nie

wie. Nauczyciel w trakcie trwania pogadanki traktuje klasę jako całość, a udzielane odpowiedzi jako stan wiedzy ogółu.

Pogadanka jest niczym innym jak ciągiem krótkich pytań i odpowiedzi, mających na celu wytworzenie nowej wiedzy, zastosowanie znanego materiału w nowej sytuacji, nadanie nowych znaczeń wiadomościom, uporządkowanie doświadczeń, po to by uporządkować i utrwalić wiedzę.

Przygotowanie materiału pogadanki

**-ustanowienie metodycznego celu:** czego spodziewamy się po pogadance, który z celów, do których nadaje się pogadanka chcemy osiągnąć (wprowadzenie materiału, utrwalenie, zmiany w wartościach)?;

**-analiza merytoryczno-logiczna wiedzy:** polega na zebraniu nazw, faktów, pojęć, zasad, czynności, zbadaniu związków między nimi (które główne, które pomocnicze, które należy opanować najpierw, które potem, które można zapomnieć po opanowaniu kolejnych);

**-rozłożenie wybranych elementów między poszczególne pytania i ustalenie kolejności pytań:** należy ustalić twierdzenia, o które ma się zamiar pytać i ułożyć je w porządku dyktowanym przez sensowność materiału, ustalić jakie pytania wywołają odpowiedzi uczniów, sprawdzić związek logiczno-merytoryczny zadawanych pytań z uporządkowanym materiałem oraz doświadczeniem uczniów;

**-zaprojektowanie zadań:** ten etap ma na celu wyprowadzić uczniów z mylnego odczucia, że wiedza opanowana dzięki pogadance jest słabo zorganizowana, osiągnąć to można przez podanie zadań, które uczniowie rozwiążą pod koniec lekcji w celu wykorzystania i utrwalenia tego, czego się nauczyli podczas pogadanki.

Praca z uczniami:

**-połączenie tematu lekcji z doświadczeniami uczniów:** główne pytanie pogadanki musi uczniów zaintrygować i dotyczyć tego, co już znają, co widzieli, ale niekoniecznie zrozumieli;

**-dopasowywanie pytań i odpowiedzi:** pierwsze zadane pytanie będzie w takiej formie, którą nauczyciel wcześniej zaplanował, każde kolejne możliwe, że będzie musiało być na bieżąco modyfikowane ze względu na to, jaka odpowiedź padła na poprzednie. Nauczyciel musi uporać się z wynikającymi brakami w wiadomościach, szybko rozwijającymi się dygresjami -inaczej projekt lekcji może zostać zrujnowany. Często również odpowiedzi uczniów mogą być zbyt obszerne, gdyż sami uczniowie nie wiedzą w jakim kierunku dąży pogadanka,



dlatego nauczyciel „otrząsa” obszerną wypowiedź i powtarza w postaci pasującej do zamierzonego przez niego ciągu pytań-odpowiedzi. Trzeba również pamiętać, by proces „otrząśnięcia i naprowadzania nie wywołał w uczniach wrażenia, że nie potrafią odgadnąć czegoś prostego i że ich wysiłki są lekceważone;

**-zebranie i wykorzystanie wiadomości zgromadzonych podczas pogadanki:** pogadanka ma być podstawą lub uzupełnieniem części lekcji i jej wartość mierzymy tym, jak pomogła w prowadzeniu lekcji. Pogadanka wstępna ma na celu wzbudzić zainteresowanie tematem, uruchomić wiadomości ucznia, po to by poprowadzić wykład, eksperyment, stworzyć sytuację problemową. Pogadanka może dać okazję do pierwszego i niezobowiązującego posłużenia się wiadomościami usłyszczanymi na wcześniejszym wykładzie. Pogadanka może być również wykorzystana do ukazania tych stron materiału, które jako luźniej związane z głównym wątkiem mogły zostać niedostrzeżone.

Zestawienie zalet i wad pogadanki

ZALETY	WADY
metoda ożywiająca lekcję, intensyfikująca kontakt klasy z nauczycielem	metoda, która łatwo może ulec zwyrodnieniu, gdyż uczniowie udzielając szybkich odpowiedzi, będących skojarzeniami-„nie myślą”, tak więc tok logiczny pogadanki pojawia się tylko w wyobraźni nauczyciela, a dla uczniów jest ciągiem przypadkowych pytań i nie znaczących odpowiedzi uczniowskich
wypada naturalnie w niższych klasach	w wyższych klasach ciężiej jest nie infantylizować rozmowy i nie upraszczać zagadnień
jest szczególnie łatwa do prowadzenia	nauczyciele często lekceważą przygotowanie do pogadanki i tylko pozornie współpracują z uczniami

Źródło: Kruszewski K., Sztuka nauczania. Czynności nauczyciela, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1995, s. 147-150.

## „Sześć myślących kapeluszy”

Gra nazywana „Sześć myślących kapeluszy” pozwala na twórcze rozwiązywanie problemów. Jest to spojrzenie na analizowane zagadnienie z różnych punktów. Niżej wymienione kolory określają różne sposoby myślenia:

NIEBIESKI-szef grupy, jest zdystansowany, kieruje dyskusją,

BIAŁY-Co mogę powiedzieć na podstawie konkretnych danych?-nie poddaje się emocjom, opinie wydaje na podstawie faktów i liczb,

CZERWONY-Co czuję w związku z określoną sprawą?-kieruje się emocjami i intuicją,

ŻÓŁTY-Jakie wynikają z tego korzyści i jakie sukcesy można osiągnąć?- optymista, nastawiony pozytywnie, myśli konstruktywnie,

ZIELONY-Jak można wykorzystać dany pomysł?-podchodzi twórczo do problemu, podaje oryginalne rozwiązania,

CZARNY-Jakie występują niebezpieczeństwa?-pesymista, nastawiony negatywnie, zauważa tylko trudności, krytykuje wszystkie rozwiązania.

Etapy postępowania:

1) Wstępny:

-przygotowanie na kartkach opisu kolorów,

-wykonanie 6 kapeluszy w wyżej wymienionych kolorach,

-przygotowanie takiej liczby karteczek, aby był możliwy podział klasy na różne zespoły (w kolorze niebieskim tylko dwie kartki),

2) Właściwy:

-podanie problemu,

-podział klasy na zespoły (dobór następuje według kolorów),

-osoby, które wylosowały kapelusze "reprezentują" kolory,

-dyskusja w zespołach: ustalenie wspólnego stanowiska,

-dyskusja "reprezentantów" (kapeluszy) na forum,

-uczniowie, którzy wylosowali niebieskie kartki, zapisują na tablicy argumenty „za” i „przeciw”,

### 3) Końcowy:

-podsumowanie dyskusji przez niebieski kapelusz.

W czasie dyskusji uczniowie reprezentują emocje "przypisywane" określonym kolorom.

#### Użyteczność gier dydaktycznych

Uczeń w roli gracza łatwo utożsamia się z rolą, którą odgrywa, i zgodnie z jej treścią zmienia swój system wartości. Trwałość takiej zmiany warunkują czynniki:

-czy rola była mocno podbudowana intelektualnie;

-czy wartości, które zawierała, są uznawane społecznie;

-czy w szkole i poza nią uczeń będzie działał w zgodzie z tą wartością i czy zgromadzi dalsze doświadczenia przemawiające za tą wartością.

Gry mogą mieć silną dramaturgię, która przez uczniów jest bardzo realistycznie odczuwana. Napięcia psychiczne u graczy pojawiające się w toku gry oraz konflikty między graczami oddające scenariusz czasami są tak trudne do rozładowania, jak gdyby ich źródłem były sytuacje rzeczywiste, a nie symulacja. Gry kształtują wiele umiejętności poznawczych i społecznych, takich jak: rozwiązywanie problemów, strukturyzacja - pod kątem zadania - napływających wiadomości, prowadzenie negocjacji i dyskusji, współpraca i rywalizacja. Ćwiczą giętkość i płynność myślenia, są okazją do treningu wynalazczości. Uczeń w trakcie gry styka się z wiadomościami, rekonstruuje je i sam wytwarza nowe, dlatego wiadomości te łatwo zapadają w pamięć, są trwałe i w przyszłości łatwo dają się wykorzystać.

#### **Przykład:**

Metodą „Sześć myślących kapeluszy” można przeprowadzić dyskusję na temat alternatywnych źródeł energii w liceum zawodowym. Dobrze byłoby aby ta gra jakiś czas wcześniej poprzedzona była filmem dydaktycznym na ten temat lub wykładem. Na początku nauczyciel musi uczniom przedstawić temat gry dydaktycznej, jej zasady i objaśnić znaczenie kolorów.

**Niebieski kolor** będą reprezentować dwie osoby-to one będą kierować dyskusją. Tablica zostanie podzielona na pół. Na jednej połowie jeden przewodniczący będzie zapisywał argumenty „za” alternatywnymi źródłami energii, na drugiej połowie-drugi kierujący zabawą -argumenty „przeciw”. Resztę klasy należy podzielić na 5 grup. Każda z grup będzie

reprezentować oddzielny kolor i z każdej z grup należy wyłonić osobę reprezentującą. Będzie ona podawała na forum klasy ustalone stanowisko danej grupy.

**Grupa koloru białego** nie będzie poddawała się emocjom. Swoje wypowiedzi będzie opierała o suche fakty, o spostrzeżenia z najbliższego otoczenia. Czyli o to jak już sprawdziły się alternatywne źródła energii.

**Grupa koloru czerwonego** będzie kierowała się emocjami i intuicją. Dyskusja w obrębie tej grupy będzie miała charakter „burzliwy”, lecz ostatecznie grupa musi przyjąć jedno stanowisko odzwierciedlające nastroje emocjonalne uczniów w odniesieniu do alternatywnych źródeł energii.

**Grupa koloru żółtego** ma ukierunkować myślenie na optymistyczne tory. Musi zadać sobie pytanie jakie korzyści niosą alternatywne źródła energii i w kategoriach korzyści szukać najlepszych rozwiązań.

**Grupa koloru zielonego** ma być grupą twórczą. Muszą opracować strategię oryginalnych rozwiązań dotyczących alternatywnych źródeł energii.

**Grupa koloru czarnego** będzie miała za zadanie wyszukiwać jedynie negatywne strony alternatywnych źródeł energii, będzie miała prawo, a nawet obowiązek negocjowania podawanych przez inne grupy rozwiązań.

Dzięki temu podziałowi dyskusja powinna być dynamiczna. Powinna wzbudzić w grupach rywalizację i chęć jak najlepszego argumentowania przyjętego stanowiska. Dzięki zapisanym argumentom „za” i „przeciw” na koniec dyskusji będzie można wyciągnąć wnioski.

### **Metaplan**

Metaplan-metoda dyskusji, która polega na tym, że w czasie debaty uczestnicy wspólnie tworzą plakat będący graficznym skrótem tej debaty. Dyskusję metodą metaplanu można przeprowadzić w dużej grupie lub w małych zespołach.

Elementy potrzebne do przeprowadzenia dyskusji metodą metaplanu:

- prostokątna tablica, do której można przypiąć arkusz papieru za pomocą szpilek,
- papier szary,
- kartki w trzech jasnych kolorach o kształtach:

OWAL-zapisuje się na nim pomysły (które mogą być pogrupowane), problemy, pytania;

KOŁO-do opisywania faktów, opisu istniejącego stanu, do tworzenia struktur-sieci;

PROSTOKĄT-zapisuje się na nim wnioski i zadania końcowe;

CHMURKA-zapisuje się na niej temat dyskusji.

Zasady tworzenia plakatu:

Pole plakatu podzielone musi być na obszary:

Jak jest?-umieszcza się na kartkach w kształcie koła opis aktualnego stanu.

Jak powinno być?-umieszcza się w prostokącie informacje o stanie idealnym.

Dlaczego nie jest tak, jak powinno być?-umieszcza się na kartkach w kształcie owalu.

Informacje dotyczące przyczyn rozbieżności między stanem aktualnym a idealnym. Wnioski

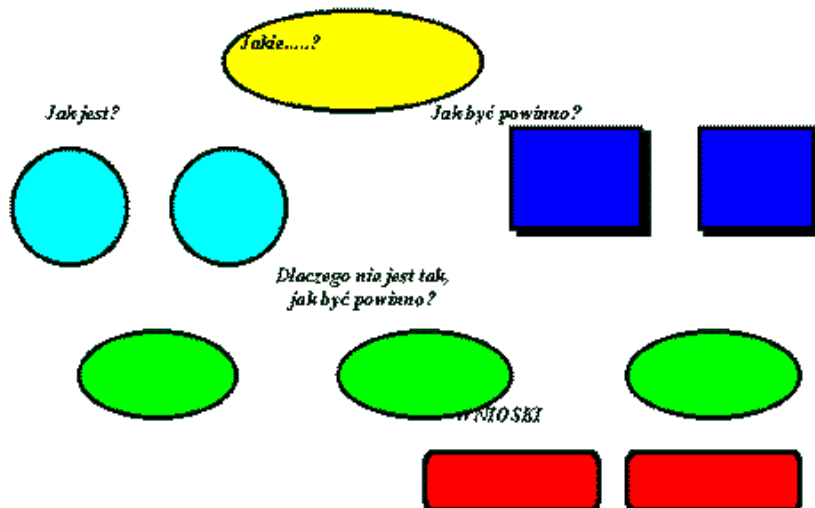
-umieszcza się na kartkach w kształcie prostokąta myśli, które powinny posłużyć jako bodziec do dalszego działania. Do arkusza papieru rozpiętego na tablicy przypina się na górze temat debaty, zapisany dużymi literami w „chmurce”. Powinien on być sformułowany w sposób jasny, jako zdanie pytające, jako problem do rozwiązania. Uczestnicy spotkania będą zapisywać swoje myśli w krótkiej formie równoważników zdań i przypinać kartki do arkusza.

Następnie odbędzie się faza prezentacji plakatów, które wymagają omówienia. Po skończonej naradzie wszystkie kartki przykleja się do szarego papieru i tak powstały plakat może służyć do dalszych prac lub być przechowywany jako efekt narady. Ważną rzeczą jest, aby napisy na kartkach były wyraźne i czytelne dla wszystkich. W tym celu należy stosować grubo piszące pisaki, a liczbę słów ograniczyć do minimum, oddając tylko sens wypowiedzi.

Zalety metaplanu:

- daje szerokie spojrzenie na problem,
- uczy współpracy,
- daje możliwość wypowiedzi każdemu członkowi grupy,
- przygotowuje do pracy badawczej,
- wzbudza zainteresowanie i zaangażowanie każdego członka grupy,
- przełamuje wewnętrzne opory,
- uczy wnioskowania i zwięzłego formułowania myśli,
- „wymusza” czytanie ze zrozumieniem,
- kształci umiejętność analizy i porządkowania informacji,
- kształci dokładność i staranność,
- uczy planowania,
- systematyzuje wiedzę,
- daje możliwość porównywania poglądów członków grupy ze wzorcem,
- uzupełnia wiadomości uczestników na zadany temat,
- zwiększa efektywność pracy,
- uczy odpowiedzialności,

- pozwala na wizualizację dyskusji,
- pozwala różnicować zadania dla grup,
- jako nowoczesna forma pracy budzi zainteresowanie.



### Przykład:

#### OBSZARY METAPLANU - i spodziewane rozwiązanie problemu

##### Korzyści środowiskowe wynikające z zastosowania energetycznego biomasy

Jak jest?  
-opis stanu aktualnego

- brak pomysłów na pozyskiwanie nowych źródeł energii,
- brak wiedzy na temat zastosowania technologii do wykorzystywania biomasy,
- nieprzestrzeganie norm środowiskowych odnośnie zanieczyszczenia np. CO<sub>2</sub>,
- województwa, które wykorzystują biomasę nie rozpowszechniają jej zalet,
- brak funduszy na wdrażanie nowych technologii np. zakup kotła.

Jak być powinno?  
-opis stanu idealnego

- zmienić sposób produkcji energii w oparciu o odnawialne źródła energii,
- wdrażać technologie, które rozpowszechnią wykorzystywanie biomasy,
- uzyskiwać energię z biomasy w postaci brykietu, palety, biogazu,
- uczyć się od innych, którzy wprowadzili biomasę jako źródło energii na swoich terenach,
- zwiększyć liczbę zakładów, które wykorzystują biomasę jako źródło energii.

## **Dyskusja panelowa**

Jest to metoda stosowana w przypadku dużej liczby uczestników.

Dyskusja panelowa może być prowadzona według dwóch scenariuszy:

1. Scenariusz pierwszy - dyskutuje tylko grupa panelowa, pozostałe osoby są biernymi słuchaczami dyskusji (scenariusz częściej stosowany w celach dydaktycznych).

2. Scenariusz drugi - dyskusja panelowa składa się z trzech części:

Część pierwsza - dyskusja odbywa się w ramach grupy panelowej, pozostali uczestnicy spotkania są słuchaczami tej części dyskusji, przygotowują pytania do grupy panelowej oraz ustalają problemy, które zamierzają poruszyć w dyskusji przewidzianej w części drugiej dyskusji panelowej;

Część druga - pytania i dyskusja słuchaczy, członkowie grupy panelowej w tej części są wyłącznie „na nasłuchu”, notują pytania oraz istotne problemy wynikające z dyskusji „sali”;

Część trzecia - to odpowiedzi na pytania „sali” i dyskusja w ramach grupy panelowej oraz podsumowanie dyskusji przez przewodniczącego. „Sala” w tej części jest słuchaczem.

### **Przykład:**

Obecnie buduje się elektrownie wodne, posiadające turbiny napędzające agregaty prądotwórcze. Przemysł zajmujący się przekształcaniem energii wodnej na elektryczną to hydroenergetyka. Aby potencjał wody był lepiej wykorzystywany, tworzy się ogromne zbiorniki z wielkimi zaporami o dużych różnicach poziomów (czym większy spadek, tym większa moc).

Podane możliwości rozwiązania problemu podczas dyskusji panelowej:

Energia wodna (pochodzenia morskiego)

Zalety:

- długa eksploatacja elektrowni (100 lat),
- jest odnawialnym źródłem energii,
- fala posiada duży potencjał.

Wady:

- dostarcza niezbyt dużo energii,
- powoduje zasilanie ujść rzek,
- jest przyczyną erozji,
- hamuje swobodę poruszania organizmów rzecznych.

Energia wodna (pochodzenia rzecznoego)

Zalety:

- ekologiczna,
- ekonomiczna,
- polepsza retencje wód powierzchniowych,
- dostarcza dużo energii (większa elektrownia wystarczy dla potrzeb kilkutysięcznego miasta).

Rozwiązanie problemu po dyskusji

Przyszłościowym rozwiązaniem wydaje się wybudowanie elektrowni wodnych obok morza. Fale morskie posiadają ogromną energię. W chwili obecnej podjęto próby uzyskania energii dzięki ruchom wody morskiej, ale rezultaty nie są jeszcze zadowalające (elektrownia wodna wytwarza małą moc, bo ok. 180 kW).



### Dyskusja okrągłego stołu



Jest to wymiana zdań, którą rozpoczynamy od pytania ogólnego, np. Co myślisz na ten temat? Polega na swobodnej wymianie poglądów. Charakteryzuje się nieformalnością i swobodą dyskusji. Metoda ta daje dobre rezultaty w niewielkich grupach. Głównym jej założeniem jest szczerą i bezpośrednią wymianą poglądów.



Przebieg dyskusji okrągłego stołu tworzą trzy fazy:

FAZA 1.

- wyjaśnienie reguł gry, których należy przestrzegać podczas prowadzenia dyskusji
- postawienie problemów mających stanowić przedmiot dyskusji

FAZA 2.

- określenie wszystkich możliwych wariantów rozwiązania problemów,
- wypracowanie wspólnego rozwiązania problemów,

FAZA 3.

- opracowanie harmonogramu realizacji przyjętego rozwiązania,
- podsumowanie dyskusji.



**Przykład:**

Celem okrągłego stołu było uporanie się z sytuacją w europejskim handlu biomasą z punktu widzenia wpływu na rynek oraz sformułowanie potrzeb i wymagań dla rozwoju sprawiedliwego handlu biomasą. Osoby dyskutowały na temat następujących problemów w sprawie biomasy:

- Biopaliwo w Europie z punktu widzenia uczestników rynku.
- Handel biomasą w Europie - stan aktualny, przyszłość i perspektywa.

Każdy z uczestników przedstawił krótki opis obecnej sytuacji handlu biomasą w Europie. Teraz postanowili zwiększyć ogólny handel bioenergi w skali międzynarodowej. Jednak obawiają się przeszkód, iż nie wszystkie kraje zgodzą się na to rozwiązanie.

## Ćwiczenia przedmiotowe

Ćwiczenia przedmiotowe charakteryzują się tym, że wykonywane czynności zostały wcześniej doskonale podbudowane i omówione teoretycznie, są one bowiem realizowane podczas zajęć teoretycznych. Mogą mieć formę krzyżówki, łamigłówki, rebusu, uzupełnianki itp. W programach nauczania teoretycznych przedmiotów zawodowych część materiału ma właśnie charakter ćwiczeń, które można podzielić na trzy podstawowe grupy:

- a) ćwiczenia wyrabiające umiejętności zastosowania przyswojonej wiedzy,
- b) ćwiczenia służące kształtowaniu umiejętności twórczego wykorzystania wiedzy w praktyce,
- c) ćwiczenia o charakterze poszukiwawczym.

Struktura dydaktyczna ćwiczenia przedmiotowego obejmuje następujące elementy:

### Faza I

- teoretyczna podbudowa i teoretyczny opis czynności składających się na całość ćwiczenia,
- pokaz ćwiczenia przez nauczyciela w normalnym tempie.

### Faza II

- demonstracja poszczególnych czynności przeprowadzona przez nauczyciela w zwolnionym tempie lub z zaakcentowaniem ważnych momentów,
- demonstracja poszczególnych czynności przeprowadzona przez nauczyciela w tempie normalnym.

### Faza III

- kilkakrotne wykonanie poszczególnych czynności przez każdego uczącego się (lub przez wybranych uczniów) w tempie zwolnionym,
- wykonanie przez uczących się poszczególnych czynności w tempie normalnym,
- całościowe wykonanie ćwiczenia przez wszystkich uczących się lub przez wybranych uczniów.

### **Przykład:**

Polecenie nauczyciela: „Poznaliście już wzorcowy życiorys pisany przez potencjalnego pracownika banku, teraz w ramach ćwiczenia proszę o uzupełnienie brakujących elementów w poniższym CV”.

## CURRICULUM VITAE

### Dane osobowe :

Imię i nazwisko : Jan Kowalski  
..... : .....  
Adres : ul. Nadrzeczna 8  
42-200 Częstochowa  
telefon kontaktowy : 34 3247623  
stan cywilny : kawaler

### Wykształcenie :

1996 – 2002 rok .....  
1996 – 2002 rok .....  
.....

1992 – 1996 rok Zespół Szkół Technicznych i Ogólnokształcących im. Stefana Żeromskiego w Częstochowie

..... : „Badanie jakości usług bankowych”

**Umiejętności :** - znajomość obsługi komputera (MS Word , Internet)  
- prawo jazdy kategorii B  
..... angielski-dobra w mowie i piśmie  
włoski-na poziomie podstawowym  
niemiecki-na poziomie podstawowym

**Zainteresowania :** .....

**Referencje :** dostępne na życzenie

### Praktyka zawodowa :

..... miesięczna praktyka w ING Banku Śląskim S.A.  
w Myszkowie  
..... miesięczna praktyka w Zespole Technicznych Zakładach  
Naukowych w Częstochowie

„Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w mojej ofercie pracy niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji / zgodnie z Ustawą z dnia 29.08.97 roku o Ochronie Danych Osobowych Dz. Ust. Nr 133 poz.883/ ”.

## Mapa Myśli

Mapa Myśli jest popularną, spokrewnioną z *Mapą Pojęć* metodą opracowaną przez Tony'ego Buzana jako sposób pomocy uczniom w robieniu notatek przy użyciu tylko słów-kluczy i obrazów. Tworzy się je szybciej niż tradycyjne notatki, a dzięki ich wizualnemu charakterowi łatwiej przegląda i zapamiętuje. Tradycyjne notatki mają swoje wady: traci się czas i energię na zapisywanie wielu zbytecznych słów. Nie są na nich uwidocznione powiązania pomiędzy pojęciami, a brak kolorów i innych wizualnych cech nie pomaga w ich zapamiętywaniu. Mapę Myśli stworzono, by odwzorowywać na papierze proces myślowy. Jest to odwzorowanie bardzo uproszczone, bo proces myślowy jest wielowymiarowy. Uczniowie dużo szybciej zapamiętują pojęcia, które niosą z sobą schemat czy rysunek. Wizualizacja teorii ma zbawienny wpływ na ich wyobraźnię. Ważne, by nie tylko używać tej techniki podczas zajęć, ale nauczyć uczniów z niej korzystać.

Podstawowe prawa Mapy Myśli:

1. Zawsze zaczynaj od obrazka tematu na środku kartki. Użyj do tego przynajmniej trzech kolorów.
2. Używaj obrazków, symboli, kodów i skalowania do wyrażania pojęć.
3. Nadawaj wartość słowom, zapisując je dużymi lub małymi literami.
4. Na jednej linii tylko jedno słowo/grafika.
5. Linie muszą wychodzić ze środkowego obrazka i być ze sobą połączone. Im dalej od centrum, tym cieńsze linie, ponieważ im dalej od centrum, tym bardziej szczegółowe zagadnienia.
6. Rysuj linie tej samej długości co słowo/grafika.
7. Używaj kolorów-według własnego uznania.
8. Wykreuj swój własny styl tworzenia Mapy Myśli.
9. Wyróżniaj i zaznaczaj asocjacje jednego elementu z drugim.
10. Numeruj i używaj promienistej hierarchii, by Mapa Myśli była przejrzysta.

Zalety stosowania Mapy Myśli w nauczaniu:

- automatycznie wzbudza zainteresowanie u uczniów, czyniąc z nich uważnych i aktywnych uczestników lekcji,
- dzięki niej lekcje i prezentacje stają się bardziej spontaniczne, twórcze i przyjemne zarówno dla uczniów, jak i nauczycieli,
- notatki nauczyciela w formie Mapy Myśli nie „usztynniają się” z biegiem lat, są elastyczne i łatwo poddają się modyfikacji,

- Mapa Myśli prezentuje wyłącznie niezbędne informacje w łatwej do zapamiętania formie, zatem uczniowie dostają zazwyczaj wysokie oceny,
- zapewnia głębsze zrozumienie materiału,
- fizyczna objętość notatek do wykładu zostaje ograniczona.

### **Przykład**

Nauczyciel pisze na środku tablicy, dużymi literami, używając kolorowej kredy hasło: „Rodzaje turystyki”. Otacza napis kręgiem. Następnie pyta uczniów, czy znają jakieś funkcje. Osoba, która zgłasza propozycję idzie do tablicy, aby zapisać ją i sporządzić do niej schematyczny rysunek (funkcja wypoczynkowa-łóżko, funkcja rekreacyjna-rower etc.). Takie zastosowanie metody sprawi, że zagadnienie to zostanie zapamiętane.

### 3. Wybrane metody kształcenia emisji głosu

*„Nic tak nie ogranicza prawdziwej wiedzy jak przekonanie, że się wie to, czego się nie wie.”*

*Lew Tołstoj*

*Pracę tę dedykuję swoim studentom, z którymi pracowałam, pracuję i będę pracowała.*

*Anna Dziwińska*

W niniejszym rozdziale przedstawiono metody kształcenia (w tym aktywizujące) emisji głosu. Podstawy teoretyczne emisji głosu nie są istotnym elementem programu tego przedmiotu, ponieważ zagadnienia te lepiej poznawać drogą praktycznych ćwiczeń. Metodyka kształcenia emisji głosu zakłada podawanie informacji teoretycznych, które wspierane są ćwiczeniami praktycznymi.

W rozdziale tym przedstawiono zajęcia z emisji głosu jako cykl scenariuszy lekcji, podczas których szczegółowo zgłębiane są treści przedmiotu. Scenariusze są ułożone chronologicznie jako pewien ciąg zdarzeń. Treści teoretyczne są ułożone od najprostszych do najtrudniejszych. Celowo nie podawany jest czas trwania ćwiczeń, gdyż jest to aspekt indywidualny uzależniony przede wszystkim od liczby uczestników zajęć (w mniejszych grupach można zrealizować więcej ćwiczeń) oraz od ich zdolności intelektualnych. Jeśli prowadzący nie zdąży w trakcie zajęć zrealizować ćwiczeń z danego bloku są one przenoszone na kolejne spotkanie. W kształceniu prawidłowej emisji głosu dąży się do realizacji wszystkich ćwiczeń, które poniżej są proponowane. Można również założyć, że nie zawsze i nie z wszystkimi grupami akademickimi uda się zrealizować zamierzony plan. Czasami zmienia się ćwiczenia, niektórych nie realizuje się bądź je modyfikuje, czyli elastycznie dostosowuje się do potrzeb i możliwości grupy, z którą aktualnie się pracuje. W relacjach interpersonalnych należy zawsze zastosować zasadę podmiotowego traktowania słuchaczy, czyli w podsumowaniu każdego zajęcia zadać studentom pytania: Jak się Pan/ Pani czuła na zajęciach? Czy było ćwiczenie, którego nie chciałby Pan/ Pani powtórzyć? Przyjmuje się, że taka forma podsumowania zajęć jest dla słuchacza momentem refleksji i sposobem wypowiedzenia się na forum grupy, czyli jednocześnie niweluje stres komunikacyjny. Każdy uczestnik zajęć wie, że musi ocenić zajęcia. Oprócz tego jest to cenna

informacja dla prowadzącego zajęcia, ponieważ dostaje bezpośrednio wiedzę o atrakcyjności danego ćwiczenia i ewentualnie o możliwości modyfikowania go.

Metody kształcenia emisji głosu często powtarzają się. Dzieje się to być może ze względów osobistych, czyli wybrane metody są dla prowadzącego bliskie i mimowolnie są wprowadzane, bądź też tylko te nadają się do realizacji treści omawianych na przedmiocie.

Emisja głosu jest przedmiotem akademickim na kierunkach pedagogicznych od 2004 r., od momentu wejścia Polski do Unii Europejskiej. Dzięki temu przedmiotowi studenci mają szansę, w liczbie godzin trzydziestu w cyklu kształcenia akademickiego, zdobyć umiejętności w zakresie prawidłowego posługiwania się głosem. Mogą nie tylko zaznajomić się z nową dla siebie dziedziną nauki, ale również nie dopuścić do utraty dobrej kondycji głosowej w trakcie kariery pedagogicznej. Prymarnym celem zajęć jest ukształtowanie poprawnych nawyków posługiwania się głosem, czyli najważniejszym narzędziem pracy nauczyciela.

## SCENARIUSZ 1

### Cele zajęć:

- zapoznanie studentów z zagadnieniami omawianymi na emisji głosu,
- przedstawienie zasad higieny głosu,
- zapoznanie z chorobami zawodowymi głosu.

### Środki dydaktyczne:

- tablica, kreda, telewizor, sprzęt audio-video.

### Ćwiczenie 1 (metoda podająca - odczyt)

Przedstawienie literatury i form zaliczenia przedmiotu emisja głosu.

### Ćwiczenie 2 (metoda aktywizująca- burza mózgów)

Przedstawienie zagadnień omawianych podczas cyklu kształcenia emisji głosu.

Studenci podają odpowiedzi na pytania: Co to jest emisja głosu? Z czym się to kojarzy? Od czego zależy dobra emisja głosu?

Prowadzący zapisuje odpowiedzi na tablicy. Pod jego kierunkiem grupa ustala definicję przedmiotu i jego zagadnienia.

Emisja (łac. emissio) – wypuszczanie, wysyłanie.

Emisja głosu to „zespolona czynność oddychania i fonacji w połączeniu ze zjawiskiem rezonansu w komorach rezonacyjnych klatki piersiowej i nasady utożsamianej z rezonansem głowy” (A. Legieć-Matosiuk, J.Haciński).

Emisja głosu to nie tylko oddech i fonacja, ale również artykulacja, dykcja i ekspresja słowa, co warunkuje uzyskanie pięknego i wyrazistego głosu.

Głos mówcy powinien być podparty prawidłowym oddechem, a mięśnie biorące udział w tworzeniu się głosu i prawidłowej artykulacji wyćwiczone.

Efekt poprawnej emisji głosu zależy od kilku czynników:

- zewnętrzne – nie zależą od samego mówcy (akustyka sali, odpowiednia temperatura i wilgotność powietrza w sali, organizacja i czas trwania zajęć, liczba uczestników),
- wewnętrzne – bezpośrednio zależą od samego mówcy i jego nabytych umiejętności (dobry słuch, sprawny układ oddechowy, mówienie na podparciu oddechowym, odpowiednia postawa podczas mówienia, akcentowanie, frazowanie, ekspresja mówienia: zastosowanie



odpowiedniej intonacji i natężenia głosu, barwa głosu, ataki - nastawienie głosu i umiejętne korzystanie z rejestrów głosu - wysokość i niskość tonu).

Trzeba pamiętać, że nie ma brzydkich głosów. Jednak świadome posługiwanie się głosem może polepszyć jego jakość. Nie zawsze mamy wpływ na warunki pracy (czynniki zewnętrzne), dlatego należy skupić się na doskonaleniu umiejętności pracy głosem (czynniki wewnętrzne).

W technice poprawnej emisji zaczyna się od:

- oddechu,
- fonacji,
- następnie skupia się na prozodycznych czynnikach mowy:
  - szybkość, tempo mówienia - szybkość mówienia jest środkiem ekspresji pod warunkiem uświadomienia jej zróżnicowania. Użytkownicy języka różnią się tempem mówienia, które jest uwarunkowane temperamentem. Osoby o żywym temperamencie mówią szybciej niż flegmatycy. Ta sama osoba może zmieniać tempo mowy i czyni to w wypowiedziach zabarwionych uczuciowo. Wypowiedzi emocjonalnie obojętne charakteryzują się średnim (normalnym tempem). Tempo mowy artystycznej regulowane jest przede wszystkim w zależności od natury samego tekstu (trudny, łatwy) oraz od poziomu kultury słuchacza. Chodzi o to, żeby tekst zdążył dotrzeć do jego świadomości. Tempo zależne jest od przestrzeni, w której ten tekst jest wypowiedziany (im większa, tym powolniejsze, bo fale głosowe mają wtedy większą drogę do przebycia). Regulowane jest także sprawnością aparatury głosowo – wymawianiowej, zwłaszcza jej diafragmicznego odcinka. Diafragma to przegroda mięśniowa oddzielająca u człowieka i ssaków jamę piersiową od jamy brzusznej, inaczej przepona. Są to rzeczy niełatwe; osiągnięcie szybkiego tempa przy równoczesnym zachowaniu precyzji dykcyjnej jest zjawiskiem bardzo rzadkim. Czas trwania słów, powolne czy szybkie tempo ich wypowiedziania oraz wzajemne zależności pomiędzy tymi wartościami decydują wreszcie o najbardziej kunsztownym środku wyrazu, związanym z iloczasem, o rytmizacji wypowiedzianego tekstu. Rytm może być bowiem bardziej zmienny i swobodny niż stały, albo bardziej nowoczesny niż klasyczny, niemniej jednak zasadą, która kształtuje, cechą, po której można go poznać jest zawsze miarowość i regularność. Rytm jest czynnikiem, który porządkuje, organizuje, normuje iloczynowe wartości trwania i tempa na zasadzie miarowości i regularności,
- siła - każde słowo może być wypowiedziane z większą lub mniejszą siłą akustyczną. Fortissimo i pianissimo, czyli jak najgłośniejszy i jak najciszejszy, są dwiema skrajnymi kategoriami dynamicznymi. Pomiędzy tymi granicami istnieją i występują najrozmaitsze odmiany, forte-

głośno, mezzoforte- półgłośno, mezzopiano – półcicho, piano – cicho. Bardzo ważną sprawą jest umiejętność stopniowania siły głosu, umiejętne dawkowanie pod względem dynamicznym. Nawet małe głosy przy tej umiejętności mogą się nieraz wydać głosami wielkimi,

- melodia - zmiany w melodii mowy i akcentowaniu są zauważalne. Trudno też wyzbyć się utrwalonego w dzieciństwie sposobu organizowania melodii wypowiedzi. Dlatego też łatwo rozpoznajemy po melodii pochodzenie regionalne osób władających językiem literackim. Melodia mowy zależy też od treści wypowiedzi. Ukształtowanie melodii związane z funkcją intencjonalną nadawcy, bywa nazywane intonacją.

W wypowiedziach oznajmujących niewymagających uzupełnienia ostatnia sylaba realizowana jest na tonie niskim kadencja. W wypowiedzeniach wymagających uzupełnienia w ostatniej sylabie pojawia się ton wysoki – antykadencja. W wypowiedzeniach pytających linia intonacyjna rośnie i osiąga najwyższy ton w sylabie wygłosowej wypowiedzenia. W wypowiedzeniach żądających, rozkazujących, linia intonacyjna zaczyna się od tonu wysokiego w pierwszej sylabie, a kończy na tonie niskim w sylabie ostatniej,

- akcent - w języku polskim mają miejsce w artykułowaniu różnice poszczególnych sylab: jedne z nich wymawia się z większym naciskiem niż pozostałe. To zjawisko nosi nazwę akcentu. Najczęściej mówi się o dwóch rodzajach akcentu:

- akcencie wyrazowym,
- akcencie zdaniowym.

W wyrazach ortofonicznych akcent pada z reguły na przedostatnią sylabę - akcent paroksytoniczny. O innym miejscu akcentu decyduje pochodzenie wyrazu. Wyrazy obcego pochodzenia zakończone na – ika, - yka, np. fizyka, fonetyka, gramatyka, botanika, zachowują akcent na trzeciej sylabie od końca. Również na trzecią sylabę od końca może padać w niektórych wyrazach rodzimych, np. Rzeczypospolita w ogóle, okolica.

Gdy akcent pada na ostatnią sylabę, nazywa się go oksytonicznym, w wyrazach złożonych z cząstek arcy-, eks-, i rzeczownika jednosylabowego. Ostatnią sylabę akcentujemy również w skrótowcach zwanych literowcami.

W wyrazach obcego pochodzenia i wyrazach rodzimych zawierających cząstki enklityczne obserwujemy żywą tendencję do ujednoczenia akcentowania i podporządkowania ich regule akcentowania przedostatniej sylaby, np. gramatyka, matematyka, chodziliśmy. Można sądzić, że ten sposób akcentowania upowszechnia się i norma będzie musiała to odnotować.

Akcent zdaniowy polega na wyeksponowaniu w wypowiedzeniu członu, na który pragnie się zwrócić uwagę odbiorcy,

- pauza - pauzy są okresami spoczynku podczas mówienia. Stanowią moment braku napięcia artykulatorów. Mówiący posługuje się nimi z reguły w celu zaczerpnięcia powietrza, lecz również po to, aby przygotować następną wypowiedź. Długość pauzy określana bywa wymogami psychicznymi, stawianymi słuchającemu przez dokonaną wypowiedź. Im bardziej skomplikowany jest proces logiczny, tym dłuższa bywa pauza. Na pauzę mogą wpływać skracająco lub wydłużająco wzruszenia, zapał i gniew.

W pracach poświęconych interpunkcji często wyraża się sąd, że interpunkcja jest związana z obecnością pauz. Jest to prawda tylko częściowo słuszna, ponieważ często pojawia się taka sytuacja, gdy pauza pojawia się po wyrazie, przed którym stoi przecinek. Takie rozczłonowanie pozwala sądzić odbiorcy, że wypowiedź nie została jeszcze zakończona, nadawca użył pauzy, gdyż jest mu ona potrzebna dla przygotowania dalszej części wypowiedzi. Pauzy nie pojawiają się w wyrażeniach przyimkowych. Pojawienie się w tym miejscu pauzy może być sygnałem trudności gramatycznych, jakie napotyka mówiący, np. z doborem właściwej końcówki gramatycznej lub trudności fonotaktycznych – trudna do wymówienia grupa głoskowa. W tej sytuacji obserwuje się często powtarzanie niezrealizowanego wyrazu,

- fraza - to odcinek płynnej mowy zawarty między dwiema kolejnymi pauzami. Jeśli doda się, że jest to odcinek mowy zawarty między pauzami rzeczywistymi, to fraza rysuje się nam bardzo wyraźnie jako zjawisko fonetyczne. Długość frazy zależy od wielu czynników. Jednym z nich jest oddech, a więc zjawisko bardzo fizjologiczne. Musimy przerwać artykulację dla pobrania powietrza. W ten sposób tekst ulega segmentacji na jednostki oddzielane pauzami. Pauzy oddechowe często kończą jednostki syntaktyczne (wypowiedzenia) i zestroje akcentowe, a więc lokują się w miejscu, gdzie nie burzą struktury syntaktycznej i prozodycznej tekstu. W wolnym tempie wypowiedzi i w wypowiedzi zabarwionej emocjonalnie granice fraz pokrywają się z granicami zestrojów akcentowych.

### **Ćwiczenie 3 (metoda eksponująca - film)**

Studenci oglądają krótki film o emisji głosu. Film adresowany jest do osób intensywnie posługujących się głosem, na przykład instruktorów, negocjatorów, nauczycieli i wykładowców. Pokazuje jak sobie radzić w przypadku dolegliwości głosowych: gdzie i kiedy się leczyć oraz jak zachować głos w dobrej kondycji na długie lata. Studenci mają

możliwość uzyskania informacji na temat chorób zawodowych głosu, mogą zobaczyć narządy mowy i badanie foniatryczne.

*Ośrodek Doradztwa i Doskonalenia Kadr Sp. Z o.o. w Gdańsku. Rok 1998. Film z serii: BHP w praktyce pt. „Profilaktyka i rehabilitacja osób narażonych na choroby narządu głosu”.*

#### **Ćwiczenie 4 (metoda aktywizująca - okrągły stół)**

Prowadzący ustawia krzesła w kole oraz wyznacza miejsce, w którym każdy uczestnik zajęć usiądzie i przedstawi się, to znaczy powie, co robi na co dzień; dlaczego wybrał ten kierunek studiów; czym interesuje się oraz czego oczekuje po tym przedmiocie. Na początku zajęć prowadzący siada na gorącym krześle.

#### **Ćwiczenie 5 (pytania nauczyciela skierowane do studentów)**

Podsumowanie zajęć.

Uczestnicy po kolei wypowiadają się na temat treści ćwiczeń. Czy są to dla nich zagadnienia znane? Czy są zrozumiałe?

## SCENARIUSZ 2

### Cele zajęć:

- zapoznanie studentów z zagadnieniami retoryki,
- przedstawienie zasad prezentacji wystąpienia na forum grupy,
- zapoznanie z planem pisania przemówienia.

### Środki dydaktyczne:

- kartki papieru.

### Ćwiczenie 1 (metoda podająca – wykład problemowy)

Przedstawienie studentom planu pisania przemówienia.

Klasyczny plan pracy poznawany w szkole jest niepełny i składa się z 3 części: wstępu, rozwinięcia i zakończenia.

Plan pracy disposito jest bardziej szczegółowy, sensowniejszy i skuteczniejszy. Do niego odwoływano się przez tysiąclecia. Klasyczny plan pracy przemówienia to:

1. Wstęp
2. Przedstawienie problemu
3. Podział
4. Argumentacja (potwierdzenie lub obalenie)
5. Zakończenie

Ad. 1.

Wstęp:

W pierwszej kolejności nie dotyczy omawianego tematu, lecz słuchacza. Wiedząc do kogo się zwraca, mówca powinien nawiązać kontakt z audytorium, dopiero potem przystąpić do rzeczy. Jeżeli o tym zapomni, to wiele nawet słusznych myśli przejdzie mimo uszu. Dlatego ważną częścią jest przedmowa. Mówca musi zadbać, aby słuchacz był uważny. Jeśli zaznaczymy, że mowa będzie krótka, że sprawa, którą porusza dotyczy też słuchacza oraz że sprawa jest nowa i bez precedensu – słuchacz będzie otwarty. Musimy obiecać mu zwięzłość oraz jasność, wtedy będzie życzliwie się do nas odnosił.

Ad.2.

Przedstawienie problemu:

Przechodzimy teraz do rzeczy. Musimy jasno przedstawić to, o czym będziemy mówili. Następnie krótko streszczamy drogę, którą poprowadzimy słuchacza w wystąpieniu. Dopiero

wtedy słuchacz przygotowany jest do śledzenia naszych wywodów. Przedstawienie problemu nie może być mętne i rozwlekłe. Powinno zawierać skrót faktów i opis dowodów.

Ad.3.

Podział:

Jest przejrzystym wyliczeniem punktów, charakteryzujących nasze stanowisko. Należy pamiętać, że podział nie może być zbyt długi i zbyt drobiazgowy. Są to 2-3 zdania, na przykład jeśli przemówienie dotyczy jazdy na rowerze to na początku podajemy informacje o tym pojeździe, potem pokazujemy słuchaczowi pozytywny wpływ korzystania z roweru, a następnie omawiamy negatywne aspekty związane z poruszonym tematem.

Ad.4.

Argumentacja:

Jest najważniejszą częścią mowy. Składa się na nią obrona własnego stanowiska i/lub zbijanie stanowiska przeciwnika. Orężem są tutaj argumenty, które były wykryte w inwencji (wstępie). Należą do nich argumenty *ad rem*, czyli merytoryczne; argumenty *ad hominem*, które odwołują się do znanych przykładów lub argumenty *ad personam* odwołujące się do zainteresowań odbiorcy bądź do autorytetów.

Ad.5.

Zakończenie:

Wieńczy całą mowę, nie ma tu niczego nowego. Mówca jeszcze raz „wraca” do audytorium: przypomina temat, przychylnie nastawia słuchacza do siebie, wywołuje emocje słuchacza, przypomina argumenty.

## **Ćwiczenie 2 (metoda aktywizująca - dyskusja dydaktyczna)**

Studenci dyskutują na forum. Zgłaszają własne propozycje sposobu prezentacji siebie i własnych poglądów.

Każdy człowiek w swoim życiu chociaż raz staje przed audytorium i wygłasza mowę do ludzi. Nie każdy jednak to lubi. Składa się na to wiele czynników:

1. Przeraza nas liczba osób, do których mówimy.
2. Jesteśmy zestresowani, bo boimy się kompromitacji.
3. Nie lubimy być w centrum zainteresowania.

1. Przygotowanie psychiczne.

Należy unikać negatywnego podejścia do publicznego wystąpienia i uwierzyć w siebie. Trzeba pamiętać, że występując, reklamuje się swoją osobę, jesteś w ten sposób zauważony.

Musisz nauczyć się zapanować nad własnymi myślami (rozmawiaj ze sobą w myślach, spisuj je). Pamiętaj o prawidłowym oddychaniu. Wyobraź sobie poczucie sukcesu (pewność siebie, spokojny głos, odpowiednia mowa ciała). Spróbuj wcześniej potrenować w gronie osób Ci bliskich (praktyka, doświadczenie).

## 2. Rozpoznanie audytorium..

Rozeznaj się, do kogo będziesz przemawiał. Im więcej wiemy o audytorium, tym łatwiej będzie nam się przygotować do wystąpienia i zainteresować słuchaczy. Musimy zrobić wywiad (ile osób przyjdzie, po co przyjdą, wiek, wykształcenie, płeć, jaką mają wiedzę o temacie, jakie mają cechy charakteru – czy mogą przemówienie zabarwić humorem, sprawdź nagłośnienie i wyposażenie Sali, w której będziesz przemawiać). Te zabiegi mają sprawić, żebyś nie miał takich myśli: nie wiedziałem, że wszyscy są doktorami z filozofii; nie wiedziałem, że spieszą się na następne spotkanie; szkoda, że usłyszało mnie tylko 6 osób.

## 3. Sprecyzowanie celu.

Już wiesz kim będą Twoi słuchacze, następnie musisz zastanowić się, dlaczego będziesz przemawiał? (chcesz inspirować, motywować, polemizować, wyjaśniać, ogłaszać coś). Wybierz jeden cel, by słuchacze nie pogubili się w całości. Jeśli mówca nie będzie miał celu, to audytorium też go nie będzie mieć.

## 4. Wstęp i zakończenie.

Wstęp - pierwsze wrażenie jest najważniejsze, wstęp powinien zainteresować słuchaczy i dowieść Twojej wiarygodności. Zastosuj cytat, pytanie retoryczne, powołaj się na statystykę, powołaj się na bieżące wydarzenia, powiedz anegdotę, podaj zaskakujący fakt.

Zakończenie – wielu mówców koncentruje się na mocnym rozpoczęciu, a niestety zapomina o konkluzji. Wprowadź odbiorcę w zakończenie, unikaj nagłego zakończenia, unikaj przeproszania, jeśli o czymś zapomniałeś powiedzieć – nie przyznawaj się do tego. Zaskocz słuchacza historią, cytatem, wierszem.

## 5. Doskonałe rozwinięcie.

Unikaj braku konstrukcji lub konstrukcji chaotycznej, pustych haseł, zbyt wielu informacji (przeładowania pamięci).

W tym etapie już znasz odbiorcę oraz masz cel. Teraz zastanów się jakie informacje i przemyślenia odniosą sukces w przemówieniu. Mowę zacznij od najistotniejszego punktu – atakuj audytorium w chwili największego skupienia lub mowę rozpocznij od najmniej istotnej sprawy i stopniowo zwiększaj napięcie – najlepsze na koniec.

Podając problem, podaj rozwiązanie (problem - przyczyna- możliwości już sprawdzone -najlepsze rozwiązanie). Ta metoda jest najlepsza w momencie, gdy słuchacz jest sceptycznie nastawiony i trzeba go przekonywać. Pamiętaj o chronologii.

#### 6. Doskonale zbieranie informacji.

Twórz swoją bazę danych – zbieraj cytaty (najlepsze aktualne), statystyki, opinie ekspertów, wycinki prasowe, przykłady z życia codziennego.

#### 7. Doskonale przygotowanie.

Wymyśl tytuł przemówienia, zlokalizuj miejsce wystąpienia, zastanów się, co Ci będzie potrzebne, kto przed Tobą będzie przemawiał, czy ktoś Cię przedstawi, ile masz czasu, najpierw przećwicz przed lustrem, następnie przed przyjacielem.

#### 8. Nienaganny wygląd.

Od pierwszego kontaktu słuchacze wyrabiają sobie o nas zdanie, unikaj przesady w biżuterii, w makijażu, bądź uśmiechnięty – JAK CIĘ WIDZA, TAK CIĘ PISZA.

#### 9. Mowa ciała.

Na naszą prezencję składają się: ubiór, elegancja, gracia, uśmiech, zachowanie, sposób bycia. NIEWAŻNE JEST, CO MASZ NA MYŚLI, ALE JAK ZOSTAŁEŚ ZROZUMIANY.

Ćwicz przed lustrem gestykulację – ruch ma być płynny, nie bądź manekinem – nie bądź w bezruchu, nadmierne ruchy rozpraszają słuchacza, ale naturalne wzmacniają siłę przekazu. Mówca nie może wskazywać palcem, liczyć na palcach, zaciskać pięści, grozić, zakładać rąk, szurać nogami, robić min. Najlepiej wygłaszać mowę na stojąco, ustaw się do słuchacza trochę bokiem.

#### 10. Doskonała emisja.

Nie krzycz, nie mów monotonna, nie bełkocz – otwórz usta, nie wyciszaj głosu przed końcem zdania – to osłabia moc oddziaływania na słuchacza (brak pewności siebie, brak kompetencji). Styl wydumany – osoba zbyt pewna siebie.

Naucz się różnicować tempo mówienia – zwalnij celowo po wypowiedzeniu ważnej myśli, moduluj głos: cicho – głośno, zastosuj ciszę (Hitler).

#### 11. Doskonale porozumienie.

Dobry kontakt z audytorium daje nam pewne korzyści. Aby osiągnąć porozumienie:

- poznaj audytorium przed wystąpieniem, na przykład zapytaj o imię i je zapamiętaj,
- szanuj swe audytorium –jeśli masz większą wiedzę od słuchaczy, nie pokazuj tego. Stosuj MY- nawiądziesz w ten sposób więź. WY – wytwarza bariery,



- bądź uczciwy wobec słuchacza, miej poczucie humoru, uśmiechaj się i utrzymuj kontakt wzrokowy (unikaj gapienia się na jedną osobę). Chodź po sali, utrzymuj kontakt z największą liczbą słuchaczy,
- nie powtarzaj ciągle imienia własnej osoby – stwarzasz dystans, nie nadużywaj słownictwa żargonowego, wyszukanego, specjalistycznego. Mów tyle, ile masz czasu. Pamiętaj o pytaniach po wystąpieniu.

12. Doskonałe wrażenie.

**LUDZIE LUBIĄ SŁUCHAĆ TYCH, KTÓRZY LUBIĄ MÓWIĆ.**

Nastaw pozytywnie słuchaczy – bądź entuzjastą. Pamiętaj, że mocne zakończenie uratuje mierne wystąpienie. Stosuj zdania krótkie, słowa proste do wypowiedzenia. Rób pauzy.

### **Ćwiczenie 3 (metoda podająca - odczyt)**

Prowadzący zajęcia czyta tekst przemówienia. Studenci mają za zadanie odnaleźć w tekście plan przemówienia (wstęp, przedstawienie problemu, podział, argumentację, zakończenie).

### **Ćwiczenie 4 (metoda podająca - pogadanka)**

Podsumowanie zajęć przez prowadzącego.

Poprzez te zajęcia pragnę zmienić Państwa nastawienie do wystąpień publicznych, do przemawiania na forum dużej grupy. Chciałabym nauczyć Państwa techniki i sposobu wygłaszania tekstu, ale również pokazać Państwu, że jest to sprawa prosta, dająca wiele satysfakcji. Z pewnością wiedza zdobyta na zajęciach będzie wykorzystywana przez Was w życiu codziennym, na przykład w pracy czy w sytuacjach towarzyskich.

## SCENARIUSZ 3

### **Cele zajęć:**

- zapoznanie studentów z pojęciami normy, uzusu, błędów językowych,
- zapoznanie z teorią aktu mowy oraz zakłóceniami w komunikacji,
- przedstawienie zagadnień dotyczących komunikacji werbalnej i niewerbalnej,
- omówienie klasyfikacji spółgłosek w języku polskim.

### **Środki dydaktyczne:**

- magnetofon, muzyka, tablica, kreda, etykiety, rysunek kwadratów, teksty wierszy.

### **Ćwiczenie 1 (metoda podająca - opowiadanie)**

Omówienie zasad dobrego komunikowania się. Prowadzący naprowadza studentów. Teoria aktu mowy prezentowana przez Jacobsona. Komunikacja werbalna i niewerbalna. „Verbum” to z języka łacińskiego słowo i jest nieodzownie związane z komunikacją interpersonalną.

Komunikowanie się to pewien proces wzajemnego przekazywania informacji, umiejętności, pojęć, idei czy uczuć za pomocą symboli tworzonych przez słowa i dźwięki (przekaz werbalny) oraz przez obraz, dotyk, różne gesty, mimikę, timbre i wysokość głosu, jak i postawę ciała (przekaz niewerbalny). Komunikacja pozwala szybko i łatwo przekazywać różne informacje. Nie musi być ona komunikacją językową, może przyjąć formy pozawerbalne. Język w komunikacji stanowi pewnego rodzaju „narzędzie” do wyrażania ludzkich myśli.

Komunikacja werbalna i niewerbalna ma charakter uniwersalny, mimo że przekaz treści za pomocą „verbum” ma większy potencjał, ponieważ za pomocą słowa możemy wyrazić więcej niż gestem czy obrazem. Obie te formy zazwyczaj wchodzi w interakcję i uzupełniają się wzajemnie.

Ludzie porozumiewają się za pomocą znaków. Znakami są zarówno przedmioty (sygnalizacja świetlna), jak i zachowania. Człowiek posługuje się bardzo dużą liczbą różnorodnych znaków. Jednak język słowny jest najsprawniejszym środkiem porozumiewania się. Za pomocą znaków językowych istota ludzka może przekazywać informacje w sposób bardzo dokładny. Z tych samych znaków językowych można ułożyć dużą liczbę informacji o różnym znaczeniu, na przykład: Ciocia Zosia pisze, Pisze ciocia Zosia, Ciocia pisze Zosia, Zosia pisze ciocia.

Aby ludzie mogli porozumiewać się za pomocą języka muszą być spełnione następujące warunki. Musi być nadawca – osoba przekazująca informację; odbiorca – osoba, do której nadawany jest komunikat; komunikat – treść informacji; kanał komunikacyjny – droga, przez którą dociera informacja (powietrze, papier, telefon) i kod – jednolity system językowy, którym posługuje się nadawca i odbiorca (na przykład ten sam język).

Najszybciej przekazywane są komunikaty przez żywe słowo (mówione), dlatego należy zwrócić uwagę na funkcje języka w określonym kontekście, a więc oddziaływania na odbiorcę. Można wyróżnić cztery funkcje języka (według Jacobsona).

#### 1. Komunikatywna (poznawcza)

Jest to najważniejsza funkcja języka. Ma ona charakter informacyjny. Nadaje komunikat, który odbiera odbiorca.

#### 2. Ekspresywna (emotywna)

Podkreśla stosunek nadawcy wobec tego, co mówi. Informacja o nadawcy przekazywana jest świadomie lub nie (wiek, płeć, stan emocjonalny), na przykład przekleństwa (bachor) i zdrobnienia (dziecinka).

#### 3. Impresywna (apelująca)

Ma na celu wywołanie reakcji subiektywnych u odbiorcy, oddziałuje na odbiorcę, na jego wolę, uczucia, wyobraźnię. Odbiorca ma zachować się tak, jak chce tego nadawca, na przykład wykrzykniki w formie apelu: Hej!, Ahoj!

#### 4. Poetycka (artystyczna)

Polega na świadomym i celowym posługiwaniu się poziomami języka: fonicznym (dźwiękowym), leksykalnym (zasobem słownikowym), morfologicznym (formami słowotwórczymi i fleksyjnymi) oraz składniowo-intonacyjnym. Zwraca uwagę na ten sam tekst i jego budowę nie tylko w poezji, ale również w reklamach, na przykład gra słów w powiedzeniach, dwuznaczność i homonimia (Ludożerca mówi do kelnera: „Poproszę pół babki i małą czarną”). Oprócz walorów brzmieniowych języka (dykcja i artykulacja) bardzo istotną rolę odgrywają pozagłosowe środki ekspresji (gest i mimika). To one towarzyszą słowu mówionemu i czynią język bardziej obrazowym.

### **Ćwiczenie 2 (metoda praktyczna – pokaz z instruktażem)**

Prowadzący zajęcia omawia każdą spółgłoskę w języku polskim i pokazuje studentom sposoby jej realizacji. Studenci sensualnie uczą się tego zagadnienia. Dotykają miejsca

artykulacji językiem, ręką, wspólnie z wykładawcą omawiają cechy spółgłosek w języku polskim.

#### Kryteria podziału głosek

Głoski w języku żywym rzadko istnieją samodzielnie. Głoska – to ogół wszystkich cech dźwięku wydawanego przez człowieka, jest to element najprostszy, niepodzielny artykulacyjnie i słuchowo.

Głoski są charakteryzowane ze względu na ich strukturę akustyczną i artykulacyjną. Najogólniejszym podziałem głosek w języku polskim jest podział na samogłoski i spółgłoski. Z punktu widzenia struktury akustycznej dźwięki mowy cechuje: wysokość, zależna od liczby drgań fal głosowych wyrażonej w hercach na sekundę, tembr zależny od zbioru podstawowego tonu i półtonów. Długość dźwięku związana jest z tempem mówienia. Im szybsze tempo (*allegro*), tym krótszy okres trwania dźwięku, i na odwrót – wolne tempo (*lento*) cechuje mowę staranniejszą, powoduje wydłużenie czasu trwania głoski. W mowie typu *allegro* spotyka się większą liczbę uproszczeń i przekształceń głosek.

Charakterystyka artykulacyjna opiera się na różnicach układów narządu mówienia. Najczęściej w klasyfikacji głosek uwzględnia się:

- kierunek przepływu powietrza: ekspiracyjne (na wydechu) i inspiracyjne (na wdechu),
- zachowanie się więzadeł głosowych (dźwięczność, bezdźwięczność),
- położenie podniebienia miękkiego (ustność, nosowość),
- stopień zbliżenia narządów mowy,
- miejsce artykulacji.

## Klasyfikacja spółgłosek

Miejsce Artykulacji		Wargowe								Przedniojęzykowe								Środkowojęzykowe				Tylno językowe	
		Dwuwargowe				Wargowo-zębowe				Przedniojęzykowe-zębowe				Przedniojęzykowe – działowe				Prepalatarnie		Postpalatarnie			
		twarde		zmiękczone		twarde		zmiękczone		twarde		zmiękczone		twarde		zmiękczone		dzw.	bez	dzw.	bez		
		dzw.	bez	dzw.	bez	dzw.	bez	dzw.	bez	dzw.	bez	dzw.	bez	dzw.	bez	dzw.	bez	dzw.	bez	dzw.	bez		
Zwarty wybuchowe		b	p	b'	p'					d	t	d'	t'	d	t					g'	k'	g	k
Zwarty szczelinowe										ʒ	c	ʒ'	c'	ʒ	c	ʒ	c'	ʒ	c				
Szczelinowe						v	f	v'	f'	z	s	z'	s'	z	s	z'	s'	z	s	ɣ'	x'	ɣ	x
Sonorne	Nosowe	m	m	m						n	n	n'		n				n	n	ŋ'	ŋ'	ŋ	ŋ
	Boczne													l	l	l'							
	Drżące													r	r	r'							

Tabela zaczerpnięta z książki D. Ostaszewskiej, J. Tambor „Podstawowe wiadomości z fonetyki i fonologii współczesnego języka polskiego”.

### Ćwiczenie 3 (metoda aktywizująca - kula śniegowa oraz dyskusja dydaktyczna)

Metodą kuli śniegowej studenci poznają znaczenie pojęć norma – uzus – błąd językowy, kultura języka, polityka językowa.

Metodą dedukcji, czyli od wiadomości ogólnych do szczegółowych, wnioskuje wspólnie z prowadzącym i omawiają zagadnienie uzusu. Prowadzący podaje przykłady, studenci podają swoje.

Polityka językowa – kultura języka, błąd językowy, norma a uzus

Kultura języka to umiejętne i świadome posługiwanie się językiem w różnych sytuacjach i zgodnie z celem, jaki sobie stawiamy. Kultura języka zajmuje się błędami językowymi, wulgaryzmami, niepotrzebnymi zapożyczeniami, niezgodną konwencją gramatyczną – zwalczaniem natręctw językowych. Kultura językowa zaczyna się tam, gdzie zaczyna się świadomość językowa, gdzie ludzie nie tylko mówią, ale zastanawiają się nad tym, jak mówią. Tradycyjnie uznawanym składnikiem właściwego użycia języka są jego poprawność i sprawność. Poprawność językowa to posługiwanie się językiem zgodnie z jego normą. O normie językowej mówi się w dwóch znaczeniach: po pierwsze jako o zbiorze jednostek językowych i zaaprobowanych reguł w danym społeczeństwie (norma użytkowa) oraz po drugie jako o zbiorze reguł posługiwania się jednostkami językowymi, które zostały sformułowane i skodyfikowane przez językoznawców (norma skodyfikowana). Norma jest to

pewien zwyczaj społeczny, który polega na tym, że społeczeństwo zaaprobowało jakieś wyrazy, gramatykę oraz reguły. Tak też łatwiej jest opanować system języka niż normę. Nie ma jednej normy, jest to związane z ciągłą zmianą. Norma nie może być statyczna, ponieważ język jest tworem żywym i ulega ciągłym przemianom.

Każdy styl językowy ma normę wysoką (wzorcową) i normę niską (użytkową)

Norma wzorcowa jest względnie jednolita. Osoby, które posługują się nią mają odpowiednie nastawienie i szacunek do języka jako wartości narodowej. Norma wzorcowa uwzględnia kryterium autorytetu kulturalnego, które jako takie staje się normotwórcze. Normy wysokiej należy nauczać w szkole. Jest to jeden z elementów polityki językowej. Czego wymaga norma wysoka? Norma wysoka wymaga akcentu paroksytonicznego (stałego), który pada na drugą sylabę od końca z nielicznymi wyjątkami oraz staranności wymowy, czyli nieupraszczania grup spółgłoskowych. W płaszczyźnie fonetycznej norma wzorcowa dopuszcza stosowanie zjawisk ubezdźwięcznienia i udźwięcznienia, zaś w fleksji, na przykład w rzeczownikach żywotnych rodzaju męskiego zaleca stosowanie form wołu, bawołu, a nie woła, bawoła. Norma wzorcowa w płaszczyźnie morfologicznej zaleca stopniowanie syntetyczne, a mianowicie: regularny syntetyczny (krótki, krótszy, najkrótszy), analityczny (długi, bardziej długi), nieregularny (duży, mały, zły, gorszy); poprawnej odmiany liczebników zbiorowych (na przykład troje dzieci, pięcioro piskląt); używania pewnych wyrazów zgodnie z ich etymologią.

Norma użytkowa natomiast realizowana jest w mowie potocznej i w korespondencji prywatnej. Norma użytkowa dopuszcza regionalizmy, język zawodowy, stosowanie wyrazów nacechowanych emocjonalnie, akcentowanie niestaranne, zapożyczenia oraz używanie związków frazeologicznych i skrótów. Zanim norma języka ogólnego usankcjonuje jakiś wyraz, zwrot lub wyrażenie musi on występować dość często w różnych tekstach, zarówno w języku mówionym, jak i pisanym oraz w różnych środowiskach. Zjawisko to w językoznawstwie funkcjonuje jako uzus, czyli pewien zwyczaj językowy. Jest on podstawą przemian zachodzących w normie. Natomiast odstępstwo od normy nosi nazwę błędu językowego.

Błędy językowe dzielimy na wewnątrzwyrazowe, a więc te, które dotyczą systemu języka oraz zewnątrzwyrazowe – ortograficzne i interpunkcyjne. Najczęściej spotykanymi błędami językowymi w komunikacji werbalnej są błędy:

- fleksyjne (zły wzorzec odmiany lub zła końcówka),

- błędy leksykalne (wyrazowe, np. mylenie wyrazów brzmiących podobnie, ale o innym znaczeniu),
- błędy stylistyczne (tautologiczne – użycie dwóch wyrazów o tym samym znaczeniu),
- błędy fonetyczne (uproszczenie grup spółgłoskowych – niedokładność lub hiperpoprawność),
- błędy składniowe.

#### **Ćwiczenie 4 (metoda aktywizująca – gry dydaktyczne)**

W ćwiczeniach od 4 do 7 studenci będą w oparciu o zdobytą wiedzę teoretyczną wskazywać typy zakłóceń w komunikacji.

##### **Zabawa „Głuchy telefon”**

Prowadzący wyznacza osobę, która poprowadzi ćwiczenie dla grupy. Osoba otrzymuje kartkę ze zdaniem i musi przekazać ją kolejnej osobie tylko raz. Osoba pierwsza musi zapamiętać zdanie (fragment tekstu piosenki „Kasztaniaki”).

„Kto ma przy stawie w starym kasztanie nowe mieszkanie? Kto fika w trawie? Kto to taki? Kasztaniaki”.

#### **Ćwiczenie 5 (metoda aktywizująca – gra dydaktyczna, praca w grupach)**

##### **Zabawa w „Kalambury”**

Prowadzący dzieli uczestników na cztery grupy. Wybiera liderów, którzy prezentują ćwiczenie. Każdy lider swojej grupie przekazuje zdanie rysunkiem oraz gestem i ruchem ciała. Liderzy losują zdania z formą przekazu.

„Miś układa się do głębokiego snu” (pokaż)

„Pociąg jedzie bardzo szybko” (pokaż)

„Mam bardzo mało pieniędzy w tym miesiącu” (narysuj)

„Chodź pomaluj mój świat na czarno i biało” (narysuj)

## **Ćwiczenie 6 (metoda aktywizująca – gra dydaktyczna)**

Prowadzący wybiera kolejnego uczestnika ćwiczenia. Uczestnik otrzymuje kartkę z kwadratami oraz instrukcją, która jest znana tylko jemu.

Instrukcje:

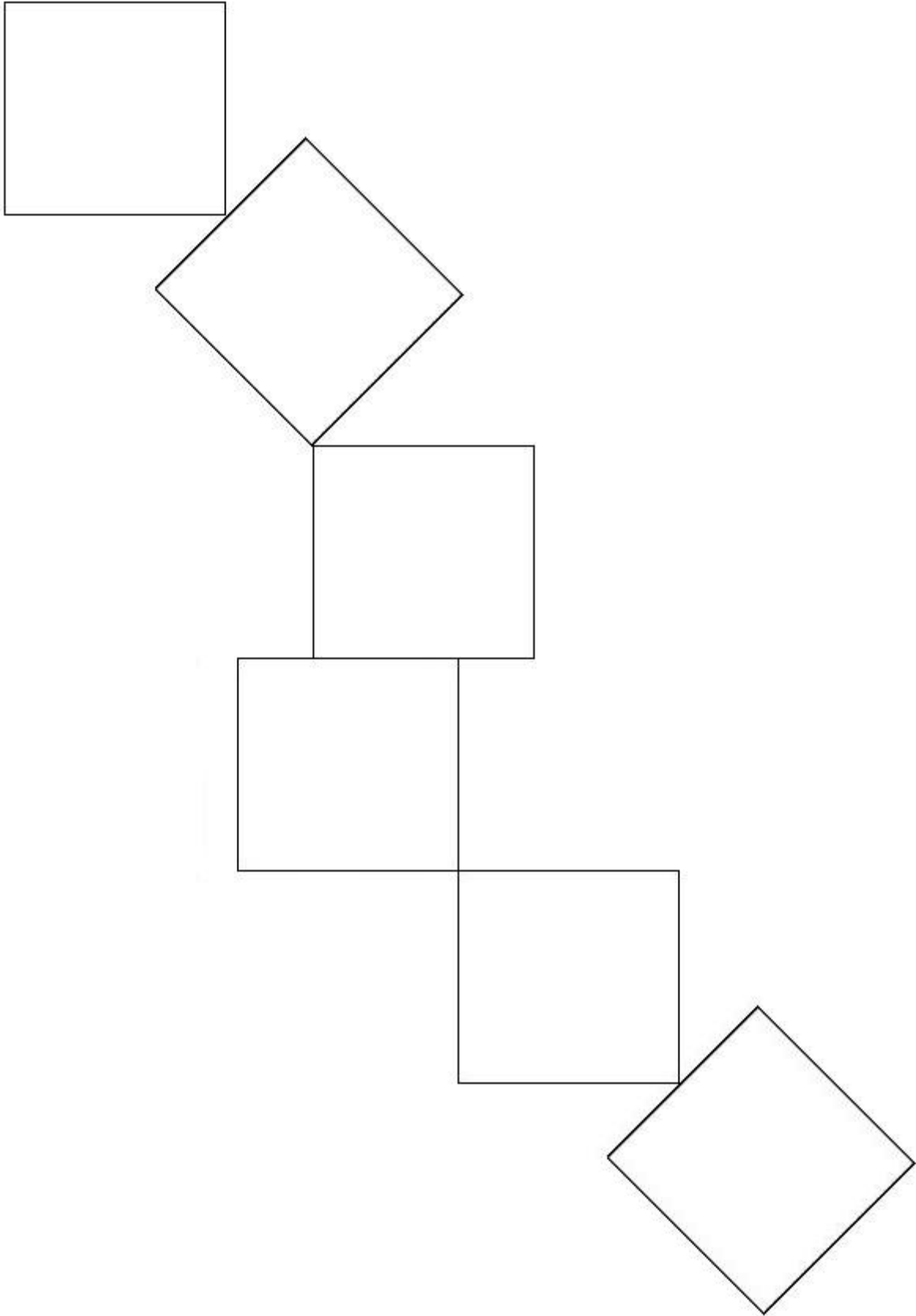
Wersja 1.

Przyjrzyj się uważnie narysowanym poniżej kwadratam. Twoim zadaniem jest wyjaśnić pozostałym osobom, w jaki sposób je narysować. Zaczynając od górnego kwadratu, opisz wszystkie po kolei, zwracając szczególną uwagę na ich położenie względem siebie. Nie wolno odpowiadać na żadne pytania.

Wersja 2.

Twoje instrukcje są takie same, ale tym razem wolno Ci odpowiadać na pytania grupy.





## Ćwiczenie 7 (metoda aktywizująca – gra dydaktyczna)

Nazywam to ćwiczenie „Ćwiczeniem Freda”, gdyż nauczyłam się go podczas warsztatów „Original Play” (autor metody Fred Donaldson). Zmodyfikowałam je na użytek własnych potrzeb ćwiczeniowych.

Wyznaczenie obserwatora ćwiczenia, który na koniec opowie o swoich wrażeniach i obserwacjach. Uczestnicy łączą się w pary, tworząc dwie grupy. Osoby z numerem 1 siadają (leżą na materacu), osoby z numerem 2 wychodzą z pomieszczenia.

Prowadzący mówi do osób numer 1: „Połóż (usiądź) wygodnie, zamknij oczy, wycisz się.”

Prowadzący mówi do osób numer 2: „Podchodzisz do osoby nie ze swojej pary i przez minutę dotykasz ją, pamiętając o zasadach dotyku (**Od dołu stopniowo w górę**). Masz dotykać w taki sposób, aby przekazać słowo **zaufanie**.

Następnie osoby numer 2 odchodzą na koniec sali. Mają za zadanie milczeć. Prowadzący stawia pytanie osobom numer 1:

**„Jak myślisz kto Cię dotykał i co Ci przekazał dotykiem?”**. Osoby numer 2 zapamiętują typy, na tym etapie nadal niczego nie mówią.

Następuje teraz zmiana ról. Osoby numer 2 siadają lub kładą się, wyciszają się, zamykają oczy. Osoby numer 1 wychodzą i dostają instrukcję:

„Podchodzisz do osoby nie ze swojej pary i nie do tej, która Ciebie dotykała. Dotykaj w ten sam sposób, w jaki Ty byłeś dotykany, przekaz słowo swym dotykiem”.

## Ćwiczenie 8 (metoda aktywizująca – gra dydaktyczna)

Wersja 1.

Studenci dobierają się w pary. Prowadzący podaje instrukcję ćwiczenia, wybiera obserwatora.

Przebieg ćwiczenia:

Będziecie tańczyć „Taniec na cztery” – tak prosty, bo ma tylko cztery kroki:

4 do przodu

odwrot

4 do tyłu

4 do przodu

od siebie do siebie

Ustawiacie się, jak do poloneza, para za parą. Ćwiczymy w dobrym tempie bez muzyki.

Prowadzący wybiera lidera ćwiczenia, który liczy kroki, podpowiada je.

Następnie grupa tańczy w rytm szybkiej muzyki. Obserwator przerywa taniec dopiero wtedy, gdy grupie uda się zsynchronizować kroki z muzyką oraz gdy mniej więcej wszyscy uczestnicy będą tańczyć w rytmie.

Rytm jest bardzo ważny, gdyż mowa ludzka ma swój rytm.

Wersja 2.

Studenci dzielą się na dwie grupy. Liderzy grup podchodzą do prowadzącego i losują płytę z muzyką, obserwator ćwiczenia towarzyszy prowadzącemu.

Prowadzący ma płyty z muzyką grecką i flamenco. Grupa układa swój własny taniec do muzyki, którą wysłuchuje przez moment. Obserwator ponownie (jak w wersji 1) przerywa ćwiczenie, kiedy wszyscy uczestnicy tańczą w rytmie.

### **Ćwiczenie 9 (metoda praktyczna – przewodniego tekstu)**

Ćwiczenie na koncentrację i tempo mówienia.

Wersja 1.

Uczestnicy siadają w kole i otrzymują tekst wiersza. Prowadzący również bierze czynny udział w ćwiczeniu. Studenci czytają po wersie aż do końca tekstu. Następnie czytają po wyrazie, po sylabie, od końca – muszą czytać w odpowiednim tempie, tak jakby czytała to jedna osoba.

Wersja 2. Uczestnicy dzielą się na grupy i sami wymyślają sposób przeczytania wiersza.

Jan Brzechwa „Mleko”

*-Co się stało, co się stało?*

*-Gwałtu, mleko wyleciało!*

*Przeraziła się kucharka,*

*Wyleciało mleko z garnka*

*I jak białe prześcieradło  
Na patelni wierzchem siadło.*

*Jęło fruwać pod sufitem,  
Przyśpiewując sobie przy tym:*

*-Dobre mleczko, smaczne mleczko,  
Nie dla ciebie, kochaneczko!*

*Rozgniewała się kucharka  
I na mleko głośno sarka:*

*-Któż to słyszał, żeby mleko  
Wyleciało tak daleko?*

*Zsiądź z patelni, zsiądź już prędeż,  
Bo na zawsze Cię przepędzę!*

*Na te słowa mleko zbladło,  
Przestraszyło się i zsiadło.*

*Chodźcie do nas. Zjedzcie z nami  
Zsiadłe mleko z ziemniakami.*

### **Ćwiczenie 10 (metoda aktywizująca - okrągły stół)**

Podsumowanie zajęć. Uczestnicy po kolei wypowiadają się na temat treści ćwiczeń: Jak czuli się na zajęciach? W którym ćwiczeniu czuli się dobrze, a w którym źle?

## SCENARIUSZ 4

### Cele zajęć:

- zapoznanie studentów z pojęciem stresu oraz sposobami radzenia sobie ze stresem,
- zapoznanie z torami oddechowymi oraz typami oddechu,
- nabycie umiejętności relaksowania się oraz prawidłowego oddychania.

### Środki dydaktyczne:

- magnetofon, muzyka relaksacyjna, materac (koc lub karimata), teksty wierszy.

### Ćwiczenie 1 (metoda podająca - opis)

Przedstawienie zagadnień teoretycznych związanych ze stresem oraz ze sposobami radzenia sobie z nim.

Zagadnienia związane ze stresem odnoszą się przede wszystkim do istot żywych. Stres to „stan organizmu wywołany przez pobudzenie go nieobojętnymi bodźcami (stresorami); bodźcem takim może być zarówno zaatakowanie organizmu przez bakterie, jak i silne przeżycie psychiczne”.<sup>1</sup>

Problematyką stresu zajmują się różne dyscypliny nauki, a mianowicie: psychologia, socjologia, medycyna i inne. W literaturze przedmiotu początki badań nad tym zagadnieniem wiążą się z osobą Hansa Selye`go, bowiem to on jako pierwszy użył terminu „stres” w określeniu stanu organizmu powstałego na skutek zadziałania bodźców zewnętrznych na ów organizm. Selye nazywa owe negatywne bodźce „stresorami”. Organizm pod wpływem stresorów zwykle musi przystosować się do nowej sytuacji, czyli stresor wywołuje pewne reakcje adaptacyjne. Na początku w organizmie pojawiają się pewne mechanizmy obronne na bodziec, po tym etapie zwykle zauważa się stadium odporności na stresor, a na końcu moment wyczerpania. Etap ostatni pojawia się w momencie, kiedy to organizm jest niezdolny do walki z nim lub kiedy stresor jest silny czy trwa bardzo długi czas.

Jeśli uświadomimy sobie, że stres działa na nas negatywnie staramy się radzić sobie z tym zjawiskiem. Pamiętać należy, że stres może też działać wzmacniająco i wzmóc naszą aktywność oraz pobudzić do działania. Każdy człowiek stara się w miarę swoich możliwości poradzić sobie ze stresem, poczynając od konfrontacji z problemem, zdystansowaniem się od problemu, samokontrolą, wsparciem od otoczenia, a skończywszy na ucieczce od problemu. Jedną z form skutecznego radzenia sobie ze stresem jest – moim zdaniem – relaks. Relaks ma

---

<sup>1</sup> W. Okoń, Słownik pedagogiczny, Warszawa 1987.

bardzo różnorodne i korzystne działanie na organizm człowieka: na jego psychikę i osobowość, a także na poszczególne układy fizjologiczne, regulując i harmonizując ich funkcjonowanie. Relaks ma wielorakie zastosowanie począwszy od wpływu na emocje, proces myślenia i zachowania, a skończywszy na procesach neurofizjologicznych (tolerancja na ból, poprawa samopoczucia i nastroju). Relaks to odprężenie ciała i umysłu. Jest pierwszorzędnym czynnikiem zdrowia fizycznego i psychicznego oraz podstawą do osiągnięcia wszelkich sukcesów. W czasie dwudziestu kilku minut relaksu, można uzyskać skutki jak po długotrwałym wypoczynku. Relaks wzmacnia pozytywne nastawienie i przyspiesza rozwój duchowy. Treningi relaksacyjne są zatem zabiegami mającymi na celu wprowadzenie organizmu w stan odprężenia. W stanie relaksu, a więc zmniejszenia napięcia, mięśnie człowieka stają się rozluźnione (tak zwane „miękkie”), „ciężkie” na skutek rozluźnienia naczyń krwionośnych i lepszego dopływu krwi. Odprężając mięśnie naszego organizmu, przyczyniamy się do zatrzymywania energii fizjologicznej. Poniższe sposoby skutecznie pozwalają nam zwalczać stres, przeciwdziałać zmęczeniu i regenerować się psychicznie.

W zależności od stanu psychofizycznego osoby możemy zastosować odpowiednio dobrany typ relaksu. Dwa z nich zaprezentuję w niniejszej pracy, a mianowicie relaks autogenny ( bierny – Schultza) oraz neuromięśniowy (aktywny – Jacobsona). Jacobson „ (...) przez relaksację mięśni rozumie zupełny brak jakichkolwiek skurczów mięśnia. Łączy się z tym brak ruchu i brak aktywności nerwowej w mięśniach. (...) Stan relaksu jest - według Jacobsona - pojęciem negatywnym. Oznacza brak napięcia mięśniowego”<sup>2</sup>.

Człowiek, który jest w stanie relaksu świadomie i celowo, ma wyrównany oddech, tempo jego wszelkich odruchów jest zwolnione, puls i rytm serca regularne oraz ma normalne ciśnienie krwi. Technika relaksacji Jacobsona polega na wykonywaniu określonych i celowych ruchów kończynami dolnymi i górnymi, twarzą oraz tułowiem, by najpierw napinać, a potem rozluźniać poszczególne grupy mięśni. Zabieg napinania i rozluźniania mięśni ma na celu wyuczenie nawyku, jak również zauważania różnicy we wrażeniach czuciowych. O technice relaksacji Jacobsonowskiej mówi się, że jest ona relaksacją stopniową, ponieważ uczymy się jej stopniowo, to znaczy uczymy się zwiększania i zmniejszania napięć mięśni.

Metoda treningu autogennego Schulza jest techniką oddziaływania na własny organizm i życie psychiczne. Polega ona na wytworzeniu w umyśle i ciele reakcji koncentracji

---

<sup>2</sup> S. Siek, Relaks i sugestia, Warszawa 1986.

i odprężenia poprzez stosowanie autosugestii. Trening autogenny uczy koncentrowania się na reakcjach płynących z ciała i umysłu ludzkiego. Schultz proponuje stosowanie odpowiedniej postawy ciała w trakcie relaksacji, a mianowicie w pozycji leżącej, półleżącej w fotelu, w pozycji siedzącej i stojącej. Ćwiczenia te powinny być przeprowadzane w odpowiednich warunkach. Niewątpliwie istotną rolę odgrywa pomieszczenie, w którym będzie odbywała się relaksacja. Pomieszczenie powinno być zaciemnione i chłodne, by zmniejszyć napływ bodźców zewnętrznych działających na organizm. Zmniejszenie bodźców ponadto ma za zadanie wyciszyć organizm i przyjąć postawę bierną.

Drugim etapem treningu autogennego po uprzednim przygotowaniu odpowiedniej postawy ciała jest uczenie się koncentrowania na reakcjach własnego organizmu. Równocześnie z tym etapem rozpoczyna się kolejny, czyli uczenie się umiejętności sterowania własnym organizmem, a więc zwalniania tempa pracy serca i oddechu oraz wytwarzania wrażeń ciepła i ciężkości we wszystkich organach.

Metodę treningu autogennego można wykorzystać „ (...) do formowania wielu cech własnej osobowości. Nadaje się do tego szczególnie powtarzanie w czasie głębokiego odprężenia formuł autosugestii. Można więc sobie sugerować, że jest się pewnym siebie, stanowczym, nastawionym życzliwie do ludzi, nastawionym optymistycznie do własnej przyszłości. Można pobudzać w ten sposób własną odwagę, pracowitość, wytrwałość, odporność psychiczną”<sup>3</sup>.

Relaks jest bardzo prosty do przeprowadzenia, a mianowicie należy podążać spokojnie za głosem przewodnika, w sprzyjającym otoczeniu, w wygodnej pozycji. W czasie relaksu może być stosowana odpowiednio dobrana muzyka.

Relaksu należy się uczyć. Dobry relaks powinien polegać na kilku zadaniach:

- znajdź ciche i spokojne miejsce, w którym będziesz odizolowany od hałasu i nadmiaru światła,
- wybierz dla siebie wygodną pozycję (siedzącą lub leżącą). Przy wyborze pozycji siedzącej pamiętaj, abyś miał oparcie pod głową,
- o niczym nie myśl, nie wzbudzaj w sobie żadnych uczuć, pozostań bierny,
- zamknij oczy, staraj się spokojnie i głęboko oddychać,
- rozluźnij wszystkie części swojego ciała.

---

<sup>3</sup> Tamże.

## **Ćwiczenie 2 (metoda aktywizująca - kula śniegowa)**

Studenci najpierw w parach, potem w czwórkach, a następnie w szóstkach ustalają na co korzystnie wpływa relaks:

- korzystnie działa na psychikę człowieka,
- odpręża ciało,
- zmniejsza napięcia mięśni,
- rozluźnia naczynia krwionośne,
- rytmizuje i przepycha krew – lepszy dopływ krwi do mózgu dotlenia korę mózgową oraz zwalnia pracę serca,
- reguluje oddech,
- obniża ciśnienie.

## **Ćwiczenie 3 (metoda aktywizująca – okrągły stół)**

Prowadzący ustawia krzesła w koło, studenci po kolei wypowiadają się na temat: Czy lubicie występować na forum oraz jakie macie objawy psychosomatyczne w stresie komunikacyjnym?

## **Ćwiczenie 4 (metoda praktyczna – pokaz z instruktażem)**

Prowadzący przekazuje informacje na temat oddechu i pokazuje studentom typy oddechów. Studenci w tym samym czasie mają za zadanie obserwować siebie i swój oddech.

W emisji głosu wyróżniamy dwa typy oddechu, a mianowicie statyczny i dynamiczny. Oddech dynamiczny jest odruchem warunkowym, nawykowym, wyuczonym. Możemy go kształtować. Podczas mówienia pobieramy i zużywamy więcej powietrza niż „żyjąc”. Oddech statyczny jest odruchem bezwarunkowym, naturalnym. Występuje on podczas snu, w relaksie lub ciszy głosowej. Ma swoje fazy: wdech – wydech – pauza między oddechami. Pobieramy powietrze nosem, ponieważ nos je oczyszcza i ogrzewa, a wypuszczamy ustami.

Głównym celem ćwiczeń oddechowych jest wydłużenie fazy wydechowej w oparciu o podparcie oddechowe. Wydech jest „materiałem”, z którego powstaje wypowiedź, musi być równomierny przez całą artykulację. Podparcie oddechowe jest terminem wprowadzonym do wokalistyki przez szkołę włoską. Istotą podparcia jest świadome zwolnienie i pogłębienie



fazy wydechowej za pomocą kontrolowanego napięcia mięśni wdechowych. Warunkuje ono wydłużenie i regulację fazy wydechowej.<sup>4</sup>

Rodzaje oddechów:

- szczytowy – oddech płytki, nieekonomiczny; przy wdechu wypełnia się górna część płuc; wyraźne jest unoszenie się ramion, co powoduje napinanie mięśni ramion, szyi i krtani, a to z kolei źle wpływa na poprawną emisję głosu;
- piersiowy – oddech nieco głębszy od szczytowego, nieekonomiczny; najbardziej unosi się klatka piersiowa, mogą unosić się również ramiona i brzuch;
- brzuszno – przeponowy (brzuszny) – oddech głęboki, zasysający dużą ilość powietrza, w pełni wykorzystujący pojemność płuc, co dobrze dotlenia organizm; duża ilość powietrza pozwala na dłuższą wypowiedź przy jednym wydechu; wyraźnie jest widoczne przy wdechu uniesienie się brzucha (nie wypychamy brzucha).

### **Ćwiczenie 5 (metoda praktyczna – ćwiczenia przedmiotowe)**

Studenci przygotowują się do ćwiczeń relaksacyjnych. Rozkładają materace, prowadzący włącza muzykę relaksacyjną. Podczas relaksu studenci koncentrują się na oddechu. Uczą się pobierać powietrze nosem, a wypuszczać ustami. Regulują fazę wdechu i wydechu.

W zależności od uczestników, ich życzeń i predyspozycji prowadzący przeprowadza relaks neuromięśniowy lub autogenny.

#### Relaks neuromięśniowy

Teraz będziesz odprężać kolejno główne grupy mięśni Twojego ciała w celu osiągnięcia stanu całkowitej relaksacji. Chciałabym, abyś usiadł (położył się) wygodnie i poczuł się jak najswobodniej. Możesz rozluźnić lub zdjąć ciasne części garderoby. Powinieneś starać się poczuć bardzo, bardzo swobodnie. Chciałabym, żebyś zamknął oczy. Po prostu usiądź (połóż się) wygodnie i zamknij oczy. Skieruj swoją uwagę na Twoje oddychanie. Oddech jest metronomem organizmu. Bądź świadomy tego metronomu. Zdaj sobie sprawę z tego, jak powietrze wchodzi przez Twoje nozdrza do płuc, jak przy wdechu Twój żołądek i klatka piersiowa rozszerzają się, a przy wydechu zapadają. Skoncentruj się na Twoim oddychaniu (krótka przerwa).

Jesteś gotów? Zaczynaj!

- Oddycham lekko, równo i spokojnie. Moje mięśnie rozluźniają się.

---

<sup>4</sup> A. Mitrynowicz-Modrzejewska, Fizjologia i patologia głosu, Warszawa 1953.

- Czuję jak mój oddech staje się coraz głębszy, coraz lżejszy i coraz bardziej regularny.
  - Czuję jak przy wdechu mój brzuch unosi się, a przy wydechu opada.
  - Wdech wypełnia mój brzuch i łagodnie przechodzi w wydech.
  - Mój oddech jest jak łagodne falowanie morza w pogodny dzień.
  - Wsłuchuję się w mój oddech i zapadam w coraz głębszy relaks.
- 1) Marszczę czoło, unoszę brwi, czuję jak napięcie uchodzi z mojej głowy. Napinam i rozluźniam mięśnie czoła. Oddycham lekko, równo i spokojnie. Czuję jak rozluźniają się mięśnie mojego czoła.
  - 2) Zaciskam mocno powieki, napinam mocno mięśnie moich oczu, czuję jak napięcie powoli ustępuje. Oddycham równo, lekko i spokojnie.
  - 3) Powoli zaciskam szczęki, czuję bardzo silne napięcie w mięśniach żuchwy, wytrzymuję tak przez chwilę i puszczam. Oddycham lekko, równo i spokojnie.
  - 4) Czuję jak powoli napinają się mięśnie mojej szyi i karku. Na mojej głowie czuję wielki ciężar, który muszę utrzymać. Wytrzymuję tak przez chwilę i puszczam. Oddycham równo, lekko i spokojnie.
  - 5) Unoszę wysoko barki, tak jakby miały dotknąć moich uszu. Napinam te mięśnie i powoli rozluźniam. Oddycham lekko, równo i spokojnie.
  - 6) Wyciągam przed siebie obie ręce, prostuję je w łokciach. Zaciskam pięści aż do momentu, kiedy paznokcie zaczną się wbijać w moje dłonie. Napinam, opuszczam i rozluźniam ręce. Oddycham równo, lekko i spokojnie. Czuję jak rozluźniły się mięśnie moich barków, stają się one coraz bardziej ciężkie, beładnie spoczywają na kolanach (na materacu). Również moje ramiona, przedramiona i dłonie stają się coraz bardziej ciężkie. Nie mogę i nie chcę nimi poruszyć.
  - 7) Ściągam bardzo mocno moje łopatki. Wytrzymuję tak przez chwilę i puszczam. Oddycham lekko, równo i spokojnie.
  - 8) Składam dłonie jak do modlitwy. Ściskam je bardzo mocno. Mocno napinam mięśnie klatki piersiowej. Wytrzymuję tak przez chwilę i puszczam.
  - 9) Mocno wciągam swój brzuch. Wciągam go aż do momentu, kiedy odczuję, że ściana brzucha „przykleja się” do kręgosłupa – ściskam i puszczam. Czuję jak mój brzuch rozluźnia się. Mój tułów jest teraz rozluźniony, beładnie spoczywa wzdłuż mojego ciała. Mój oddech jest spokojny, lekki i regularny.
  - 10) Teraz będę rozluźniać pozostałe mięśnie mojego ciała. Prostuję kolano prawej nogi. Napinam mięśnie prawego uda. Teraz prostuję kolano lewej nogi i napinam mięśnie mojego lewego uda. Wytrzymuję tak przez chwilę i opuszczam nogi.

- 11) Unoszę pięty do góry, palce mocno wciskam w podłogę. Wytrzymuję tak przez chwilę i puszczam. Teraz moje stopy opierają się o podłogę. Mocno napinam mięśnie łydki.
  - 12) Czuję, że całe ciało jest rozluźnione. Czuję jak z każdym oddechem przez ciało przepływa fala ciepła. Czuję jak ciepło wypełnia moje barki, ramiona, przedramiona i dłonie. Czuję jak ciepło wypełnia wnętrze mojego ciała. Czuję przyjemne ciepło w moim brzuchu i w nogach. Czuję przyjemne ciepło w dłoniach i w stopach. Ciepło ogarnia całe moje ciało i umysł.
  - 13) Skupiam się na oddechu. Wdech przechodzi łagodnie w wydech. Są jak lekkie fale morza. Skupiam się na powietrzu, które dostaje się do moich nozdrzy.
  - 14) Cała ta atmosfera sprawia, że również mój mózg odpoczywa. Ciało i umysł są rozluźnione. Ciepło, które jest we mnie oczyszcza mnie i odpręża. Daje mi olbrzymią energię. Mój mózg staje się twórczym narzędziem.
  - 15) Czuję pełny kontakt ze wszystkim, co żyje. Czuję w sobie wielką, spokojną radość. Czuję lekki i delikatny powiew wiatru, który chłodzi moje czoło w ciepły, słoneczny dzień.
- Pozostaję jeszcze przez chwilę w tym stanie (krótka przerwa).
  - Za chwilę powrócę do zwykłego stanu świadomości.
  - Będę słuchać odliczania od 10 do 1. Stan relaksu będzie stopniowo ustępował w miarę odliczania. Kiedy usłyszę 1 otworzę oczy i wrócę do zwykłego stanu świadomości. Spokój i odprężenie pozostaną we mnie do końca dnia.
  - Teraz słucham odliczania i powoli wracam do zwykłego stanu świadomości. 10... 9... 8... 7... 6... 5... 4... 3... 2... 1.
  - Otwieram oczy, przeciągam się i wstaję.

### Relaks autogeny

Położ się wygodnie (usiądź wygodnie). Zamknij oczy. Ręce połóż wzdłuż ciała bądź na udach. Rozluźnij wszystkie części garderoby, które mogą stwarzać niewygodę. Za chwilę przystąpisz do relaksu. Przez następne kilka minut będziesz relaksować swoje ciało i umysł. Będziesz wypoczywać. Nim to jednak nastąpi napnij swoje mięśnie, biorąc głęboki wdech i rozluźnij je, robiąc wydech. Twój kręgosłup jest wyprostowany, stopy swobodnie dotykają podłoża, głowa jest zawieszona w próżni. Czas na ostatnie poprawki. Wsłuchaj się w muzykę. Westchnij, wykonując wdech, a potem wydech. Wykonaj wdech i po chwili uwolnij wydech. Wdech wykonuj nosem – wyobraź sobie, że wdychasz swój ulubiony zapach. Wydech wykonuj ustami, tak jakbyś dmuchała na piórko. Czujesz, że twój oddech harmonizuje się.

Całe ciało wypełnia zdrowe powietrze, dzięki czemu twój mózg odpoczywa. Jesteś już gotowa do rozpoczęcia relaksu. Zaczynamy.

Wyobraź sobie, że w najbliższym czasie czeka cię wystąpienie publiczne – być może szkolenie Rady Pedagogicznej, wystąpienie przed rodzicami – sama wybierz tę sytuację. Jesteś nią nieco stremowana. Boisz się kompromitacji, że coś może się nie udać. Przygotowujesz się do wystąpienia, zarówno fizycznie, jak i psychicznie. Chciałabyś mieć to już za sobą. Zbliża się twoja wielka chwila. Wchodzisz do sali, w której masz wystąpić. Wchodzisz i widzisz tłum słuchaczy. Nie masz odwrotu. Musisz podołać zadaniu. Powolnym krokiem kierujesz się do katedry. Czujesz napięcie w całym ciele i w umyśle. Zaraz zaczniesz przemawiać. Nie chcesz dać po sobie poznać, że jesteś zdenerwowana. Rozglądasz się po sali i szukasz życzliwych ci osób. Uśmiechasz się do nich. Starasz się panować nad emocjami. Robisz kilka głębszych oddechów. Pochłaniasz powietrze nosem, głęboko do płuc i wydychasz je ustami. Powietrze kierujesz w dół ciała, do przepony. Czujesz jak rozsuwają się twoje żebra. Piersi są nieruchome. Czynność tę powtarzasz jeszcze raz. Napięcie mięśni gardła powoli ustępuje. Nie zdajesz sobie sprawy z tego, że zaczęłaś już mówić. Mówisz wolno, ale donośnym głosem. Kierujesz swój głos tak, żeby usłyszeli cię słuchacze z ostatniej ławki. Mówienie nie sprawia ci trudności. Zauważasz, że to, co masz do przekazania zaciekało odbiorców. Widzisz to po ich reakcjach, bowiem wprowadziłaś ich w trans. Spojrzenia słuchaczy są zwrócone na ciebie, ale to w tym momencie wcale cię już nie przeraża, nie stresuje. Nadal pamiętasz o oddechu i modulacji głosu. Stoisz prosto, bo dzięki takiej postawie twój głos jest czysty i donośny. Wsłuchujesz się w niego i sama przekonujesz się, że mówisz pięknie. Nie tylko pięknie, ale i interesująco. To nastraja cię optymistycznie. Czujesz się doskonale. To, co wcześniej cię przerażało odeszło od ciebie. Zauważasz swój sukces. Czas twojego wystąpienia dobiega końca. Udało ci się. Jesteś z siebie dumna. Na koniec słyszysz brawa i podziękowania. Jesteś zadowolona. Wdech i wydech. Cieszysz się, że mile spędziłaś ten czas.

Za moment relaks zakończy się i wrócisz do normalnego stanu świadomości. Gdy będziesz wychodzić ze stanu odprężenia policzę do 5, a ty otworzysz oczy. Powoli wychodzisz ze stanu relaksu 1...2...3... Oddychasz miarowo i spokojnie. Jesteś zrelaksowana. Za chwilę otworzysz oczy, gdy usłyszysz 5 jesteś całkowicie wypoczęta 4... 5... Dziękuję!

## **Ćwiczenie 6 (metoda podająca - pogadanka)**

Studenci siedzą na materacach i wypowiadają się na temat przeżytej formy relaksacji: Czy udało się podążać za prowadzącym ćwiczenie? Co przeszkadzało? Czy odpowiadała Państwu muzyka czy słowa? Czy udało się zrytmizować oddech z podawanymi komendami w relaksie? Czy udało się zwizualizować treść relaksu?

## **Ćwiczenie 7 (metoda praktyczna – ćwiczenia przedmiotowe)**

Studenci ponownie kładą się na materacach i są poddawani ćwiczeniom oddechowym. Uczą się prawidłowo oddychać, uruchamiają oddech przeponowy.

- Leżąc na plecach, rozluźniamy całe ciało, pobieramy powietrze nosem, wypuszczamy ustami, podczas wydechu zostajemy przez chwilę na bezdechu.
- W pozycji leżącej przeciągnij się we wszystkich kierunkach. Rób tak, jak podpowiada Ci intuicja. Przeciągając się, głośno ziewnij z wokalizacją samogłoski [a].
- Aby rozruszać przeponę, zacznij się śmiać, obserwuj, co dzieje się z brzuchem.
- Leżąc na plecach, zrób głęboki wdech, następnie ułóż narządy artykulacyjne do wypowiedzenia głoski [s] i powoli wypuszczaj powietrze (wyobraź sobie, że jesteś balonem i nagle zaczynasz tracić powietrze sssssssss).
- Takie samo ćwiczenie, ale na głoskach [z], [sz], [ż], [ś], [ź], [w], [f].
- Leżąc, pobieramy powietrze i zamiast wypuszczania z wokalizacją głoski, liczymy: jeden, dwa, trzy... . Pamiętajmy, że nigdy nie mówimy na resztach powietrza..
- Leżąc na plecach, wymawiamy samogłoski długo, na jednej wysokości. Najpierw legato aaaaaaaaa, ooooooooo, eeeeeee, uuuuuu, iiiiiiiii; następnie staccato (wyrzucamy z siebie samogłoski, jednocześnie naciskamy ręką na przeponę) a, a, a, o, o, o, e, e, e, y, y, y, i, i, i.
- Na stojąco: robimy wdech, zatrzymujemy powietrze i rozszerzamy żebra (4 dolne).
- Ćwiczenie w parach: klęcząc, opuszczamy luźno głowę, ręce na podłodze. Pobieramy powietrze i wokalizujemy głoskę (patrz wyżej), druga osoba dotyka osobę klęczącą w okolicach dolnych żeber i „wydusza” z niej całe powietrze. W tym ćwiczeniu ugniatamy żebra i wypychamy przeponę.

## Ćwiczenie 8 (metoda praktyczna – przewodniego tekstu)

Studenci wykonują ćwiczenia oddechowe (wydłużają fazę wydechową) na tekstach literackich. Świadomie kontrolują oddech.

Na początku czytają jeden wers, po każdym robią wdech, następnie czytają dwa wersy i robią wdech. W tym ćwiczeniu każdy reguluje oddech samodzielnie, to znaczy jeśli potrafi przeczytać trzy wersy na jednym oddechu, to może to robić.

### Adam Mickiewicz „Pan Tadeusz”

*„Śród takich pól nad brzegiem ruczaju (wdech)  
Na pagórku niewielkim we brzozowym gaju (wdech)  
Stał dwór szlachecki, z drzewa lecz podmurowany (wdech)  
Świeciły się z daleka pobielane ściany (wdech)  
Tem bielsze, że odbite od ciemnej zieleni (wdech)  
Topoli co go bronią od wiatrów jesieni (wdech)  
Dom mieszkalny niewielki lecz zewsząd chędogi (wdech)  
I stodołę miał wielką a przy niej trzy stogi”.*

## Ćwiczenie 9 (metoda praktyczna – przewodniego tekstu)

Studenci siedzą w kole, czytają po wersie tekst wiersza. Czytają wers na jednym wydechu. Czytają po kolei, są skoncentrowani, gdyż muszą utrzymać tempo wiersza, czyli tak, jakby czytała to jedna osoba.

### Julian Tuwim „Lokomotywa”

*„Stoi na stacji lokomotywa, ciężka, ogromna i pot z niej splywa:  
Thusta oliwa.  
Stoi i sapie, dyszy i dmucha, żar z rozgrzanego jej brzucha bucha:  
Buch – jak gorąco!  
Uch – jak gorąco!*

*Puff – jak gorąco!*

*Uff – jak gorąco!*

*Już ledwo sapie, już ledwo zipie, a jeszcze palacz węgiel w nią sypie.*

*Wagony do niej podoczepiali wielkie i ciężkie, z żelaza, stali,*

*I pełno ludzi w każdym wagonie, a w jednym krowy, a w drugim konie,*

*A w trzecim siedzą same grubasy, siedzą i jedzą tłuste kielbasy,*

*A czwarty wagon pełen bananów, a w piątym stoi sześć fortepianów,*

*W szóstym armata – o! Jaka wielka! Pod każdym kołem żelazna belka!*

*W siódmym dębowe stoły i szafy, w ósmym słoń, niedźwiedź i dwie żyrafy,*

*W dziewiątym same tuczone świnię, w dziesiątym – kufry, paki i skrzynie,*

*A tych wagonów jest ze czterdzieści, sam nie wiem, co się w nich jeszcze mieści.*

*Lecz choćby przyszło tysiąc atletów i każdy zjadłby tysiąc kotletów,*

*I każdy nie wiem jak się wyteżał, to nie udźwigną, taki to ciężar.*

*Nagle – gwizd!*

*Nagle – świst!*

*Para – buch!*

*Koła – w ruch!*

*Najpierw powoli jak żółw ociężale ruszyła maszyna po szynach ospale,*

*Szarpnęła wagony i ciągnie z mozołem, i kręci się, kręci się koło za kołem,*

*I biegu przyspiesza, i gna coraz prędzej, i dudni i stuka, łomocę i pędzi.*

*A dokąd! A dokąd! A dokąd! Na wprost!*

*Po torze, po torze, po torze, przez most,*

*Przez góry, przez tunel, przez pola, przez las*

*I spieszy się, spieszy, by zdążyć na czas,*

*Do taktu turkoce i puka, i stuka to: tak to to, tak to to, tak to to, tak to to.*

*Gładko tak, lekko tak toczy się w dal, jak gdyby to była piłeczka, nie stal,*

*Nie ciężka maszyna, zziajana, zdyszana, lecz fraszka, igraszka, zabawka blaszana.*

*A skądże to, jakże to, czemu tak gna?*

*A co to to, co to to, kto to tak pcha,*

*Że pędzi, że wali, że bucha buch, buch?*

*To para gorąca wprawiała to w ruch,*

*To para, co z kotła rurami do tłoków,*

*A tłoki kołami ruszają z dwóch boków*

*I gnają, i pchają, i pociąg się toczy,*

*I koła turkocą, i puka, i stuka to:  
Tak to to, tak to to, tak to to, tak to to!...”*

### **Ćwiczenie 10 (metoda aktywizująca – okrągły stół)**

Podsumowanie zajęć.

Uczestnicy po kolei wypowiadają się na temat treści ćwiczeń: Jak czuli się na zajęciach?

W którym ćwiczeniu czuli się dobrze, a w którym źle?



## SCENARIUSZ 5

### Cele zajęć:

- zapoznanie studentów z pojęciem rejestru, ataku głosowego, emisji krowiej i koziej,
- zapoznanie ze zjawiskiem rezonansu w mówieniu oraz sposobami prowadzenia głosu,
- nabycie umiejętności masowania twarzy oraz pozbycia się szczękocisku podczas mówienia.

### Środki dydaktyczne:

- magnetofon, muzyka relaksacyjna, materac (koc lub karimata), korek od wina, teksty wierszy.

### Ćwiczenie 1 (metoda podająca - opis)

Przedstawienie zagadnień teoretycznych związanych z rejestrem, rezonansem, atakiem głosowym, emisją kozią i krowią.

#### Rejestry

Praca nad rejestrami tak zwane krycie, czyli przechodzenie z rejestru na rejestr daje tak zwaną giętkość głosu. Wyróżniamy trzy rodzaje rejestrów:

- przy dolnym rejestrze piersiowym (niskie dźwięki) struny głosowe drgają całą masą. Typową dynamiką jest forte (głośno). Charakterystyczne jest tu znaczne zużycie powietrza. Konieczny jest udział dolnych rezonatorów. Zawsze pojawia się niska barwa dźwięku,
- w przypadku górnego rejestru drgają brzegi strun głosowych. Typową dynamiką jest piano (cicho). Charakterystyczna jest tu mała ilość zużytego powietrza. Dolne rezonatory mają znaczenie śladowe. Dominują tu wysokie dźwięki. Jest rejestr główny,
- trzeci rejestr jest mieszany (piersiowy i główny rezonans). Im lepiej postawiony jest głos, tym więcej w mowie różnorodności rejestrów.

#### Rezonans

Zjawisko rezonansu decyduje o nośności dźwięku i jego walorach brzmieniowych, dzięki czemu oszczędzamy pracę aparatu głosowego. Praca nad rezonansem, a więc nad pobudzeniem i wykorzystaniem wszystkich rezonatorów i komór rezonansowych staje się prymarnym zagadnieniem w uczeniu się prawidłowej emisji głosu. Wyróżniamy dwa rodzaje rezonansu:

- głowowy – który decyduje o jakości i nośności dźwięku,
- piersiowy – który występuje przy dźwiękach niskich i średnich i daje słabą nośność.

W nauce emisji głosu dążymy do uzyskania rezonansu głowowego, który otwiera nam aparat głosowy i „ustawia” poszczególne jego elementy tak, aby fala dźwiękowa z krtani mogła wzmocnić się w rezonatorach nasady. W rezonatorach nasady, istnieją przestrzenie powietrzne usytuowane powyżej strun głosowych (krtani, jama ustna i nosowa, gardło). Rezonans głowowy w naszej fonacji pojawi się naturalnie w momencie, gdy rozluźnimy gardło i krtani. Poprzez ten zabieg swobodnie ułożymy język, luźno poruszymy żuchwą i utrzymamy napięte podniebienie miękkie. Otwarcie krtani jamy gardłowej spowoduje odpowiednie warunki do rozprzestrzeniania się fali dźwiękowej. Dodatkowo wspomaga to swobodny wdech, dzięki czemu fala dźwiękowa może skierować się na podniebienie twarde. Tam zostanie odbita i dotrze do zatok przynosowych, gdzie dźwięk nabierze głośności i dźwięczności. Przez umiejętne nastawienie poszczególnych narządów można nadać fali dźwiękowej właściwy kierunek (na podniebienie twarde, przednie i górne zęby oraz wargi). Dźwięk jest pełnowartościowy i piękny, gdy połączymy oba rezonanse – piersiowy i głowowy.

#### Atak głosowy

Atakowanie dźwięku odnosi się do momentu rozpoczynania fonacji i zależy od relacji między zwarciem strun głosowych a rozpoczęciem wydechu. Wyróżniamy trzy rodzaje ataku: atak twardy – krzyk, atak miękki – najwłaściwszy, atak przydechowy – duże emocje.

- atak twardy (krzyk) następuje przed wydechem i powstaje w momencie, gdy struny głosowe są zwarte w nastawieniu tzw. twardym. Powietrze przechodzi z trudem przez zaciśnięte struny głosowe. Podczas twardego atakowania forsujemy głos,
- atak miękki (najwłaściwszy) powstaje w momencie, gdy struny głosowe zwierają się jednocześnie z początkiem wydechu,
- atak przydechowy (chuchający) pojawia się w momencie, gdy wydech wyprzedza zwarcie strun głosowych. Struny głosowe są w tak zwanej pozycji chuchającej, stąd nazwa powyższego ataku. Część powietrza podczas fonacji przechodzi przez szczelinę nie zwartych całkowicie strun głosowych.

## Ćwiczenie 2 (metoda praktyczna – ćwiczenia przedmiotowe)

W przypadku nadmiernego napięcia mięśni podczas mówienia należy stosować różne formy masażu rozluźniającego.

Studenci dobierają się w pary. Pierwsza osoba siedzi na krześle, na kocu lub materacu, natomiast druga ustawia się za nią. Prowadzący włącza muzykę relaksacyjną i demonstruje ćwiczenie. Druga osoba rozpoczyna masaż twarzy pierwszej osoby. Robi to bardzo delikatnie. Po tym ćwiczeniu następuje zmiana w parze. Ćwiczenie przebiega według schematu:

Twarz:

- opukuj opuszkami palców mięśnie policzków, warg, pod dolną i górną wargą, w okolicy stawu żuchwowego oraz przy skrzydełkach nosa,
- głaskanie twarzy: czoło (od środka w kierunku uszu), twarz (od grzbietu nosa do uszu i od środka górnej wargi w kierunku uszu),
- nadymanie policzków powietrzem i przesuwanie całej jamy ustnej,
- pomasuj:
- twarz i szyję, mrużąc jak kot – mmmm,
- górną wargę, wymawiając płynnie głoskę WWW,
- dolną wargę wymawiając zzzzzzz,
- ugniataj lekko klatkę piersiową, wymawiając równocześnie zzzzzz.

Żuchwa:

- wycuj opuszkami palców staw skroniowo- szczękowy – masuj go ruchem okrężnym. Jednocześnie wolno opuszczaj i unosź żuchwę,
- wykonaj masaż opukujący „zawiasy szczękowe”,
- to samo miejsce uciskaj kilkakrotnie delikatnie.

Szyja:

Głaszcz delikatnie:

- tylną część szyi od środka,
- boczne części szyi, odkręcając głowę w lewą i w prawą stronę,
- szyję z góry na dół raz lewą ręką ujmując podbródek (bez odchylenia głowy),
- krtań od dołu ku górze.

Wargi:

Aby pozbyć się napięcia w okolicach warg, należy je delikatnie masować opuszkami palców lub szczoteczką. Następnie:

- chwycić wargi w palce obu rąk (wskazujący i kciuk). Lekko rozciągaj lub wyciągaj je do przodu,
- wypychaj energicznie czubkiem języka skórę z prawej i lewej strony nosa,
- „przeczესuj” dolną i górną wargę zębami,
- mlaskaj przy rozciągniętych wargach, cmokaj przy ściągniętych.

### **Ćwiczenie 3 (metoda praktyczna – pokaz z objaśnieniem)**

Po relaksacyjnym masażu studenci przechodzą do kolejnego ćwiczenia. Do tego ćwiczenia potrzebny jest korek od wina. Prowadzący rysuje na tablicy powyższą tabelę.

Tabela samogłoskowa – ćwiczymy siłę, sprężystość i wysokość głosu. Ćwiczenie to również służy likwidowaniu szczękocisku. Ćwiczenie można wykonywać z korkiem w ustach (korek jest między górnymi a dolnymi siekaczami).

#### Wersja 1

Studenci całą grupą wykonują to ćwiczenie. Mówią wszyscy uczestnicy zajęć równocześnie, najpierw staccato, potem legato. Pobierają głęboki wdech i czytają po jednym wersie, aż do końca tabeli.

#### Wersja 2

Następnie każdy uczestnik zajęć przygotowuje prezentację jednego wersu na forum grupy (staccato lub legato do wyboru przez uczestnika).

#### Wersja 3

Studenci ponownie ćwiczą wspólnie. Wybierają sposób mówienia (staccato lub legato). Robią głęboki wdech i czytają na jednym oddechu tyle, ile mogą. Komu zabraknie powietrza wyjmuje korek z ust.

	a	o	u	e	y	i
a	a – a	a – o	a – u	a – e	a – y	a – i
o	o – a	o – o	o – u	o – e	o – y	o – i
u	u – a	u – o	u – u	u – e	u – y	u – i
e	e – a	e – o	e – u	e – e	e – y	e – i
y	y – a	y – o	y – u	y – e	y – y	y – i
i	i – a	i – o	i – u	i – e	i – y	i – i

#### Ćwiczenie 4 (metoda praktyczna – ćwiczenia przedmiotowe)

##### Wersja 1

Studenci wykonują to ćwiczenie na forum grupy. Prowadzący prezentuje ćwiczenie. Następnie każdy uczestnik wykonuje je. Studenci kładą się na materace lub karimaty.

W pracy nad uzyskaniem rezonansu głowowego wykorzystujemy technikę „mormorando”, czyli śpiewania z zamkniętymi ustami przy głoskach m,n,ń. Szczególnie przy głosce m język i podniebienie miękkie muszą być od siebie oddalone.

- Leżenie na wznak i fonacja głoski mmmmmmmmm (szukanie rezonatora twarzy i kierowanie głosu na maskę).
- Fonacja głoski „n”.
- Dodawanie do głoski „m” (a,o,u,) – staccato i legato.
- Utrzymując dźwięk na jednym tonie i przedłużając „m” oraz samogłoski, wymawianej na leżąco:
- SIAAAALAAA BAAABAA MMAAAK NIEEE WIEEEDZIAAALAA JAAAK AAA DZIAAAD WIEEEDZIAAAAL NIEEE POOOOWIEEEDZIAAAL AAA TOOO BYYYŁOOO TAAAK.
- MAMA MIJA, MAMA MIJA, MAMA MIJA.
- NIE MÓW DO MNIE MONOTONNIE.
- MAMAŁYGA, MARMOLADA, MAMAŁYGA, MARMOLADA.

Wersja 2

To samo powtórz na stojąco.

### **Ćwiczenie 5 (metoda praktyczna – ćwiczenia przedmiotowe)**

Ćwiczenia intonacji mownej pomagają odbiorcy zrozumieć intencję wypowiedzi nadawcy, czyli jej sens. Modulacja głosowa umożliwia przekazanie walorów emocjonalnych, nastrojowych, a wsparta ekspresją pozawerbalną (mimiką, gestem) wzbogaca komunikację interpersonalną.

Wersja 1

Studenci losują zdanie i sposób interpretacji. Każdy uczestnik ma za zadanie powiedzieć zdanie z narzuconym sposobem mówienia. Grupa odgaduje intencję wypowiedzi, na przykład Mów śpiewnie, pytaj, daj odpowiedź oznajmującą.

- MIŁA MAMIE MIMOZY KUPIŁA.
- PRZYSZŁA KOZA DO WOZA.
- JAK KUBA BOGU TAK BÓG KUBIE.
- KTO POD KIM DOŁKI KOPIE, TEN SAM W NIE WPADA.

Wersja 2

Studenci losują kartki z liczebnikami i czytają je, uwzględniając konteksty emocjonalne zapisane na kartkach.

- Czteryście pięćdziesiąt pięć tysięcy sześćset czterdzieści pięć złotych (ze smutkiem),
- Dziewięćset czterdzieści pięć tysięcy sześćset pięćdziesiąt dziewięć (z ogromną radością),
- Trzysta osiemdziesiąt pięć tysięcy dziewięćset trzydzieści trzy (tajemniczo).

Wersja 3.

Polecenie:

Wersja 3a.

Postaraj się przeczytać zdania z lewej tabeli, stosując się do zawartych tam poleceń.

Wersja 3b.

Postaraj się powiedzieć te zdania w inny sposób lub wymyśl własne. Nie mów grupie, co chciałeś przekazać. Grupa postara się odgadnąć Twą intencję.

<u>Prześlicznie</u> dziś wyglądasz!	Ton radości, zachwytu w głosie, podkreślony odpowiednią barwą, z lekkim przeciąganiem wyrazu akcentowanego.
<u>Nie, nie, nie zaakceptuję</u> tego nigdy!	Ton stanowczej decyzji, można wzmocnić sylabizację wyrazu nie i zaakceptuję, można wspomóc się miarowym ruchem wskazującego palca.
<u>Proszę</u> zostań dziś u nas.	Ton szczerej prośby z „proszącym” wyrazem twarzy.
Kocham Cię, Edwardzie!	Z uczuciem miłości, czule, choć bez przesady.
Wyobraź sobie, to miasto wieczorem pustoszeje, zamiera, nikogo na ulicach, puste chodniki, puste jezdnie, bramy zamknięte...	Z akcentem dużego zaciekawienia, oceniająco, podkreślić specyfikę miasta poprzez zaznaczenia akcentacyjne.
„Alicję w krainie czarów” <u>czytasz</u> , Gienia, <u>dopiero?</u>	Drwiąco, ironicznie, przy wyrazach akcentowanych ironiczny wyraz ust.
<u>Dlaczego</u> nic nie mówisz? Czy <u>gniewasz</u> się na mnie?	Ton rozdrażnienia, smutku. Drugie zdanie wymówmy ciszej i wolniej.
<u>Ja</u> to określiłam najtrafniej!	Z ogromną rozpaczą.
Teraz już <u>nie</u> masz <u>nic</u> do <u>powiedzenia</u> .	Przyciszenie, zadbać o harmonizację z wyrazem twarzy.

Ćwiczenie zostało zaczerpnięte z zajęć z emisji głosu na studiach podyplomowych (Uniwersytet Wrocławski).

### Ćwiczenie 6 (metoda praktyczna – przewodniego tekstu)

Ćwiczenie na rejestr głosu. Studenci ćwiczą indywidualnie, każdy po kolei.

- Udajemy syrenę alarmową,
- Ćwiczymy na wierszu **S. Słonimskiego** „*Alarm*”. Ćwiczenie zostało zaczerpnięte z zajęć z Emisji Głosu na studiach podyplomowych (Uniwersytet Wrocławski).

*„Ktoś biegnie po schodach (wdech)  
trzasnęły gdzieś drzwi (wdech)  
Ze zgiełku i wrzawy  
Dźwięk jeden wybucha i rośnie (wdech)  
Kołuje jękliwie (wysoki rejestr)  
Głos syren w oktawy  
Opada i wznosi się jęk (wdech)*

*Ogłaszam alarm dla miasta Warszawy (średni rejestr)*

*I cisza*

*Gdzieś z góry*

*Brzęczy (dolny rejestr)*

*Brzęczy*

*Szumi i drży*

*I pękł (prawie głucho)''.*

### **Ćwiczenie 7 (metoda praktyczna – przewodniego tekstu)**

Ćwiczenie na atak głosowy. Prowadzący omawia ćwiczenie, studenci wykonują je wszyscy razem.

- Fragment wiersza **M. Pawlikowskiej – Jasnorzewskiej „Krowy”**. Ćwiczenie zostało zaczerpnięte z zajęć z emisji głosu na studiach podyplomowych (Uniwersytet Wrocławski).

*„Uśmiechnięci, obojętni i zdrowi*

*krążycie spokojnie w pobliżu. (twardy)*

*Jak trawę żującą krowy (miękki)*

*Wokoło kogoś co umiera na krzyżu''.* (przydechowy)

### **Ćwiczenie 8 (metoda praktyczna – ćwiczenia przedmiotowe)**

Emisja kozia i krowia

Emisja kozia i krowia są to dwa sposoby prowadzenia głosu. Jest to terminologia teatralna. Przy emisji koziej głos jest nośny, jednakże jest to duży wysiłek fonacyjny. Głos osadzony jest w gardle. Najkrótszą drogą dźwięki przepływają na wargi, a więc rezonans umiejscowiony jest w gardle i nie ma go w klatce piersiowej. Pojawia się w głowie.

W emisji krowiej głos jest głęboki. Czujemy go na masce. Jest pełny i wszystkie jego częstotliwości znajdują wzmocnienie. Fale dźwiękowe są kierowane na przednią część podniebienia miękkiego, a potem na wargi. Daje to maksymalne wykorzystanie rezonatorów. Studenci wykonują to ćwiczenie razem. Ćwiczymy prawidłową emisję zaczynając od samogłoski „a” według następującej kolejności:



- NA, AN, ANA, NAN
- MA, AM, AMA, MAM
- Potem 3 razy MAMAMIJA, UNAMUNA (coraz wyżej).

### **Ćwiczenie 9 (metoda aktywizująca- okrągły stół)**

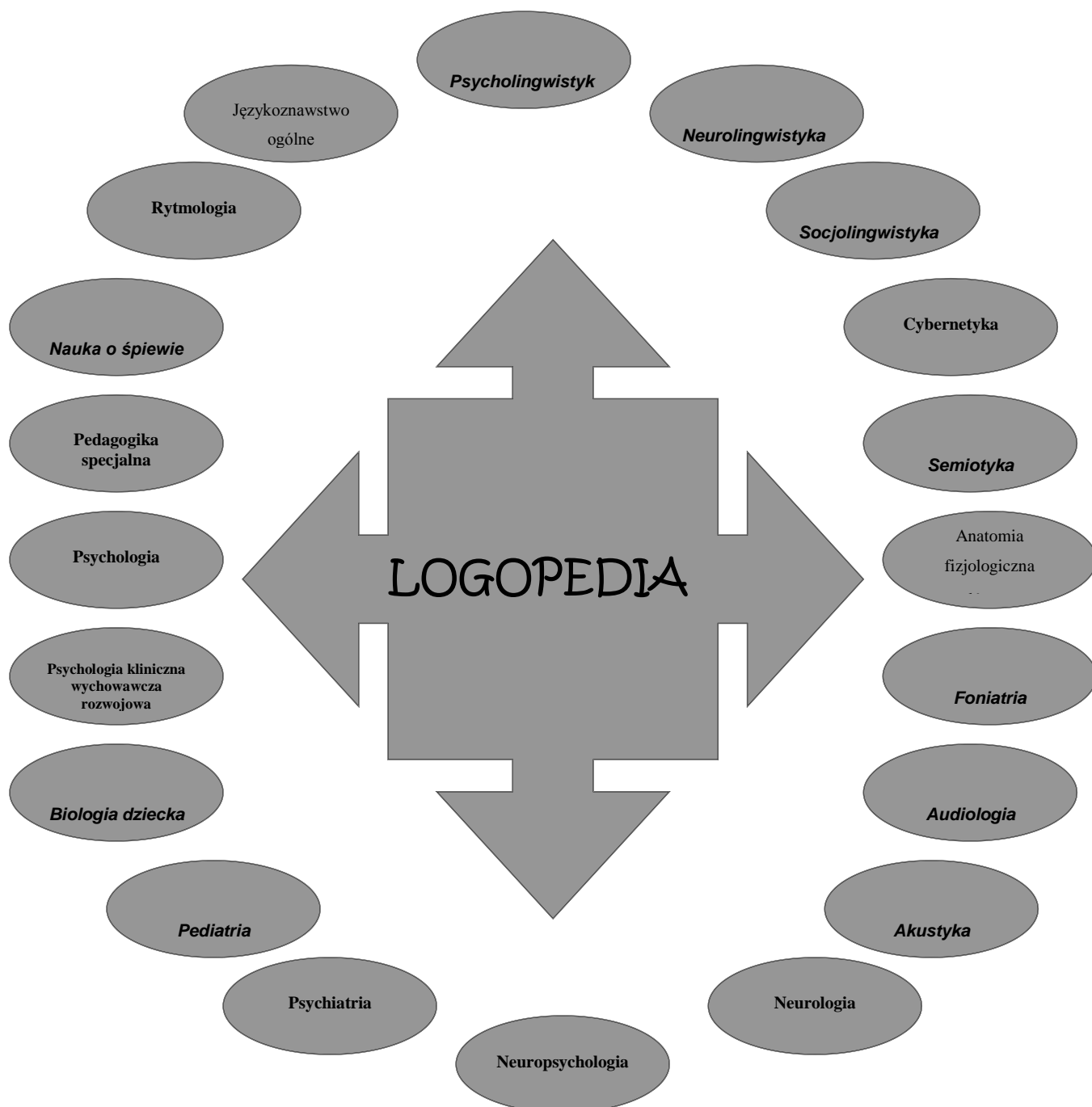
Podsumowanie zajęć.

Uczestnicy po kolei wypowiadają się na temat treści ćwiczeń: Jak czuli się na zajęciach?

W którym ćwiczeniu czuli się dobrze, a w którym źle?

## Podsumowanie

Emisja głosu nauczana jest w ujęciu holistycznym, gdyż stanowi ona dział logopedii. Logopedia jest zaś nauką interdyscyplinarną, co przedstawia poniższy rysunek.



**Logopedia** jest nauką zajmującą się kształtowaniem prawidłowej mowy, zapobieganiem powstawaniu wad wymowy, likwidowaniem błędów i korekcją wad, a także nauczaniem mowy w przypadku jej braku albo utraty. Jest to nauka interdyscyplinarna, jak wcześniej zostało to zaznaczone, wyrosła bowiem na bazie między innymi medycyny, pedagogiki, psychologii, lingwistyki i innych dziedzin.

Dużo uwagi w cyklu kształcenia emisji głosu poświęcono zagadnieniom językoznawczym oraz skupiającym się na komunikacji interpersonalnej. Należy kształtować u słuchaczy kompetencję językową i kompetencję komunikacyjną, rozważając bowiem zagadnienia normy językowej, nie można pominąć tego tematu.

Termin „kompetencja językowa” wprowadził do językoznawstwa Noam Chomsky, który poprzez pojęcie to rozumie „utajoną wiedzę umysłową związaną z posługiwaniem się systemem językowym”<sup>5</sup>. Kompetencję językową ma każdy człowiek, ponieważ znamy reguły łączenia się jednostek mniejszych w większe, na przykład najpierw uczymy się wyrazów, które łączymy w zdania, zdania w teksty. Dzięki kompetencji językowej jesteśmy zdolni zrozumieć zdanie, odróżnić poprawność zdania pod względem gramatycznym. Kompetencję językową nabywamy już jako dziecko, ucząc się języka, poznajemy bowiem system językowy, to znaczy gramatykę, wyrazy. Kompetencja komunikacyjna to termin wprowadzony przez Della Hymesa w siedemdziesiątych latach XX stulecia. Stała się ona ważnym pojęciem w psycholingwistyce, gdyż ocenia „ (...) zdolności człowieka do posługiwania się językiem odpowiednio do sytuacji społecznej i do relacji z innymi uczestnikami interakcji komunikacyjnej”<sup>6</sup>. Nie każdy uczestnik aktu mowy posiada kompetencję komunikacyjną, ona bowiem wykracza poza reguły porozumiewania. Trzeba wiedzieć, jak to powiedzieć, jakich środków językowych należy używać w konkretnej sytuacji. Mówiąc o kompetencji komunikacyjnej, mamy na myśli kulturalne uwarunkowania aktów mowy, a więc umiejętny sposób przekazywania informacji.

Słuchacz w cyklu kształcenia emisji głosu poprzez liczne ćwiczenia trenuje nabywane umiejętności. Jest to „indywidualne podejście” do przedmiotu, gdyż każdy student „spełnia się” w konkretnym dziale emisji, to znaczy w oddechu, w fonacji bądź dykcji czy artykulacji. Student rozwija swą kompetencję w dziale przedmiotu, który sprawia mu problem i nad tym pracuje lub ćwiczy zagadnienia, które sprawiają mu przyjemność i są dla niego proste do wykonania. Obserwując reakcje uczestników zajęć, stwierdzono, że osoby z wadą wymowy

---

<sup>5</sup> I. Kurcz, Psychologia języka i komunikacji, Warszawa 2000.

<sup>6</sup> Tamże.

lub mowy unikają ćwiczeń dykcyjnych. Ćwiczenia emisyjne – jak wynika z relacji studentów – są często wykorzystywane w pracy z małymi dziećmi. Studenci uczą swoje dzieci prawidłowego oddechu, odpowiedniej intonacji mownej, zwracają uwagę na tempo mówienia oraz sprawność i wzorzec artykulacyjny.

## **Słowniczek podstawowych pojęć z zakresu dydaktyki ogólnej i dydaktyk przedmiotowych**

**aktywność intelektualna jednostki**-przejawia się w przyswajaniu gotowej wiedzy bądź jej odkrywaniu, interpretacji i reinterpretacji, strukturyzacji i restrukturyzacji, analizie, syntezie, uogólnianiu, abstrahowaniu, przetwarzaniu, przypominaniu sobie wiedzy.

**aktywność emocjonalna jednostki**-polega na emocjonalnym przeżywaniu przez człowieka różnych wartości i ich wytwarzaniu.

**aktywność praktyczna jednostki**-polega na udziale człowieka w przekształcaniu rzeczywistości i wykonywaniu zadań praktyczno-wytwórczych, na rozwiązywaniu problemów technicznych, przy wykorzystaniu zdobytej wiedzy o rzeczywistości.

**badania metodyczne**-badania prowadzone przez nauczycieli w celu doskonalenia własnej pracy lub pracy szkoły.

**burza mózgów**-metoda kształcenia, która polega na zebraniu jak największej liczby pomysłów rozwiązania określonego problemu. Etapy postępowania w tego rodzaju dyskusji:

*Etap wstępny:*

- podanie problemu przez nauczyciela,
- uzasadnienie zajęcia się tym problemem.

*Etap zasadniczy:*

- sesja, podczas której następuje zgłaszanie pomysłów, dotyczących rozwiązania problemu, prowadzi się ją do momentu wyczerpania pomysłów. Uczniowie mogą też zapisywać pomysły na kartkach i przyklejać je do tablicy.
- ustalenie zasad i kryteriów oceny pomysłów,
- porządkowanie pomysłów,
- analiza i ocena pomysłów.

*Etap końcowy:*

- wybór najlepszych pomysłów dotyczących rozwiązania.

**cel w pedagogice (i dydaktyce)**-pożądana zmiana w uczniu (w jego wiedzy, umiejętnościach, zainteresowaniach itd.)

**ćwiczenia laboratoryjne**-to taka metoda pracy dydaktycznej która polega na tym, że uczniowie samodzielnie wywołują określone zjawiska, badają ich przyczyny, przebieg i skutki.

**ćwiczenia pod kierunkiem**-praca zadana uczniom do wykonania pod kierunkiem lub nadzorem nauczyciela.

**ćwiczenia produkcyjne**-to taka metoda kształcenia, która wyzwała w uczniach samodzielność myślenia, a przede wszystkim wiąże teorię z praktyką ukazując drogę, która prowadzi od poznania badanej rzeczywistości do jej przekształcenia w działaniu. Przygotowując uczniów do pracy produkcyjnej należy zaznajomić ich z podstawami naukowymi produkcji, z urządzeniami technicznymi, maszynami.

**ćwiczenia przedmiotowe**-to taka metoda kształcenia, która charakteryzuje się tym, że wykonywane czynności zostały wcześniej doskonale podbudowane i omówione teoretycznie, są one bowiem realizowane podczas zajęć teoretycznych. W programach nauczania teoretycznych przedmiotów zawodowych, część materiału ma właśnie charakter ćwiczeń, które można podzielić na trzy podstawowe grupy:

- a) ćwiczenia wyrabiające umiejętności zastosowania przyswojonej wiedzy,
- b) ćwiczenia służące kształtowaniu umiejętności twórczego wykorzystania wiedzy w praktyce,
- c) ćwiczenia o charakterze poszukiwawczym.

**ćwiczenia samodzielne**-ćwiczenia, które uczniowie mają wykonać bez pomocy nauczyciela.

**dyskusja dydaktyczna**-jedna z metod kształcenia, która polega na wymienianiu poglądów (nauczyciel-uczniowie, uczniowie-uczniowie), może mieć formę okrągłego stołu, panelu, metaplanu, burzy mózgów, wielokrotnej mutacji A i B. Przebieg dyskusji wymaga zagajenia, wypowiedzi uczestników oraz podsumowania przez nauczyciela.

**edukacja**-ogół wpływów na jednostki i grupy ludzkie, sprzyjających takiemu ich rozwojowi, by stały się one świadomymi i twórczymi członkami wspólnoty społecznej, kulturowej i narodowej.

**ekspozycja jako metoda kształcenia**-to metoda kształcenia, w której niezmiernie ważnym elementem jest sposób prezentacji eksponatów. Ekspozycja, podobnie jak film i sztuka teatralna, sprowadzają się do uczestnictwa uczniów w odpowiednio prezentowanych wartościach o charakterze estetycznym, naukowym i społecznym.

**etapy rozwoju zawodowego nauczycieli**- w Polsce awans zawodowy nauczyciela przebiega w etapach od stażysty, nauczyciela kontraktowego, mianowanego, dyplomowanego do profesora oświaty.

**film jako metoda kształcenia**-uczniowie oglądają film, który reprezentuje istotne wartości z punktu widzenia celów kształcenia i wychowania. Posługując się zbliżeniami,

przyspieszaniem i zwalnianiem oraz trickami film uwypukla szczególnie ważne momenty różnych procesów.

**forma organizacyjna kształcenia**-organizacja pracy stosownie do tego, kto, gdzie, kiedy i w jakim celu ma być przedmiotem kształcenia.

**gry decyzyjne**-obejmują umiejętności podejmowania decyzji i modelowania zachowań.

**gry dydaktyczne**-to forma zabawy, w której rywalizują ze sobą uczniowie w ramach określonych reguł.

**gry psychologiczne**-służą rozwojowi społecznemu, osobistemu i koncentracji (wykorzystywane najczęściej w zajęciach pozaszkolnych).

**gry symulacyjne**-polegają na odtworzeniu przez uczących się sytuacji problemowych z przeszłości i porównaniu rozwiązań uczniowskich z rozwiązaniami prawdziwymi.

**inscenizacja**-wymaga napisania scenariusza, przydzielenia uczniom określonych ról, przygotowania rekwizytów i „odegrania” scenki.

**jakość**-zgodność z wymaganiami.

**jakość usługi edukacyjnej**-ogół właściwości i cech usługi decydujących o jej zdolności do zaspokojenia stwierdzonych lub przewidywanych wymagań podmiotów (stron zainteresowanych).

**klasyczna metoda problemowa**-polega na charakterystycznym sposobie prowadzenia lekcji: nauczyciel za pomocą doświadczenia, filmu, opowieści bądź też pogadanki rozbudza ciekawość uczniów, stawia pytanie problemowe, następnie uczniowie formułują hipotezy związane ze zjawiskiem i pytaniem zadany przez nauczyciela. Po tej części uczniowie weryfikują hipotezy (w grupach), po czym, już wobec całej klasy przedstawiają efekty swojego działania. Wszyscy uczniowie wysnuwają wnioski, prowadzące do rozwiązania postawionego na początku lekcji problemu.

**konspekt lekcji**-podstawowy, operacyjny plan pracy dydaktycznej nauczyciela, stanowiący rozwinięcie i skonkretyzowanie planu lekcji, którego głównym zadaniem jest pomoc w zrealizowaniu założonych celów dla danej lekcji. Konspekt lekcji składa się z następujących elementów: tematu lekcji, celów: głównych i szczegółowych, metod kształcenia, środków i materiałów dydaktycznych, przebiegu lekcji.

**kultura szkoły**-obyczajowość szkoły, obejmuje przekonania, wartości, postawy pracowników organizacji (nauczycieli, personelu) i uczniów.

**lekcja**- jest podstawową formą nauczania (przez nauczyciela) i uczenia się (uczniów), określa jak organizowany i realizowany powinien być proces kształcenia.

**metaplan**-metoda kształcenia, która polega na graficznym zapisie przebiegu dyskusji. Etapy postępowania przy zastosowaniu tej metody:

*Etap wstępny:*

- przygotowanie plakatu (papier, kolorowe kartki, mogą mieć różny kształt, pisaki, magnesy do tablicy),
- określenie czasu dyskusji,
- podział klasy na grupy,
- przedstawienie problemu.

*Etap zasadniczy:*

- tworzenie plakatu (odpowiedzi na pytania: Jak było? Jak być powinno? Dlaczego nie było tak, jak być powinno? Wnioski)
- zapisane kartki umieszczone są w wyznaczonych miejscach plakatu.

*Etap końcowy:*

- prezentacja plakatów przez poszczególne grupy,
- zebranie wniosków ze wszystkich plakatów i wypracowanie wspólnych rozwiązań, których realizacja doprowadzi do poprawy sytuacji.

**metoda przewodniego tekstu**-metoda kształcenia, która polega na tym, że uczeń pracuje na podstawie udostępnionego tekstu, który może być przygotowany przez nauczyciela lub uczeń sam zdobywa materiały.

**metoda przypadków**-metoda kształcenia, która polega na analizowaniu przez uczniów zdarzenia lub przypadku. Tematy przypadków mogą być przygotowane przez nauczyciela z różnych dziedzin: ekonomicznych, technicznych, medycznych, społecznych.

**metoda sytuacyjna**-metoda kształcenia, która jest odmianą metody przypadków. Jest w części opisowej znacznie szersza od metody przypadków, przedstawiona uczniom z pewnym wyprzedzeniem, kończy się dyskusją oraz podjęciem stosownej decyzji.

**metoda z użyciem komputera**-to taka metoda pracy dydaktycznej, gdzie możliwe jest zastosowanie dwóch wariantów tej metody:

- a) nauczanie wspomagane komputerem,
- b) nauczanie realizowane za pomocą komputera.

W pierwszym przypadku nauczanie programowane jest metodą pomocniczą w realizacji określonego fragmentu treści i ma ograniczony zakres sprowadzający się głównie do przekazywania informacji i ich utrwalania lub kontroli i oceny wyników nauczania. Stosowane programy komputerowe muszą mieć charakter dydaktyczny. Nauczanie



realizowane za pomocą komputera jest podobne do nauczania programowanego z użyciem maszyny dydaktycznej.

**metoda programowana z użyciem maszyny dydaktycznej**-metoda kształcenia; ze względu na pełnione funkcje wyróżnia się następujące maszyny dydaktyczne:

- informacyjne (instruktor),
- utrwalające (repetytor),
- treningowe (trenażer),
- egzaminujące (egzaminator),
- wielofunkcyjne.

Struktura zajęć prowadzonych przy użyciu maszyny dydaktycznej obejmuje następujące usystematyzowane czynności:

#### *Faza 0*

- wstępne określenie tematyki zajęć,
- pozyskanie odpowiedniego programu, dostosowanego do tematyki i typu posiadanych maszyn,

#### *Faza 1*

- wyjaśnienie przez organizatora zajęć sposobu obsługi maszyn,
- określenie przez organizatora celów i tematyki zajęć,

#### *Faza 2*

- wprowadzenie programu do maszyny dydaktycznej przez uczącego się,
- realizacja procesu uczenia się, zgodnie z zasadami posiadanego programu,

#### *Faza 3*

- przegląd, w przyspieszonym tempie, wypełnionych ramek kontrolnych,
- wyjęcie programu z maszyn.

**mobbing**-brutalne zachowania, obejmujące nie tylko przemoc fizyczną, ale również agresję i przemoc w postaci działań werbalnych, fizycznych i innych zachowań ocenianych jako negatywne.

**motywy uczenia się**-czynniki pobudzające do aktywności poznawczej, wiążą się z zainteresowaniami, poziomem aspiracji, potrzebami.

**nauczanie**-to kierowanie procesem uczenia się (nabywaniem podstawowych wiadomości, umiejętności i nawyków).

**nauczyciel**-jeden z zawodów zgodnie z polską klasyfikacją zawodów (PKZ), przy czym należy odróżnić nauczyciela w szkolnictwie wyższym (akademickiego) od nauczyciela ujętego w ustawie Karta Nauczyciela, która reguluje prawa i obowiązki nauczycieli, jest

pragmatyką zawodową nauczycieli. Oznacza to, że przy regulacji stosunku pracy osób jej podlegających, ma ona pierwszeństwo przed Kodeksem Pracy.

**nauka**-system uzasadnionych pojęć, twierdzeń i hipotez, będących wytworem działalności badawczej i stanowiących najwyżej rozwiniętą postać świadomości ludzkiej.

**nawyk** -doskonale wyćwiczona dzięki wielokrotnemu powtarzaniu umiejętność.

**obserwacja**-technika badań polegająca na zamierzonym, planowym spostrzeganiu przedmiotów i zjawisk.

**odczyt**-metoda kształcenia, która polega na pisemnym przygotowaniu przez nauczyciela materiału, który ma stanowić treść zajęć, a następnie dosłownym odczytaniu tej treści. Stosując tę metodę należy przygotować pytania i problemy do tekstu dla uczniów.

**okrągły stół**-to forma dyskusji, która polega na nieformalnej, swobodnej wymianie zdań. Rozpoczyna się od pytania ogólnego: Co sądzicie na temat...?

**opis**-metoda kształcenia, która polega na słownym przedstawieniu uczniowi zjawisk oraz związków i stosunków między nimi.

**opowiadanie**-metoda kształcenia, która polega na słownym przedstawieniu pewnego zdarzenia (społecznego, gospodarczego, naukowego, kulturowego, obrazującego związek pewnych zjawisk z życiem człowieka i jego zachowaniem spowodowanym tymi zjawiskami).

**panel**-metoda kształcenia, która polega na dyskusji kilku uczniów wcześniej wybranych i odpowiednio przygotowanych-o skrajnie odmiennych zdaniach. Przebieg zajęć:

- prowadzący przedstawia problem, wprowadzenie,
- prowadzący udziela głosu dyskutantom, którzy mają ściśle określony czas na przedstawienie swojej wypowiedzi, własnego punktu widzenia,
- następuje dialog pomiędzy stronami,
- wysłuchanie poglądów osób z sali,
- ponownie włączają się specjaliści i odnoszą się do przedstawionych wypowiedzi,
- podsumowanie przez prowadzącego.

**pedeutologia**-dział pedagogiki zajmujący się zagadnieniami dotyczącymi zawodu nauczyciela. Główne kierunki badań pedeutologicznych: osobowość nauczyciela, jego uzdolnienia i autorytet, dobór kandydatów do zawodu nauczycielskiego i kształcenie nauczycieli, etyka zawodu nauczycielskiego, kształtowanie się zawodu i funkcji społecznej nauczycielstwa.

**plan nauczania**-dokument, w którym zawarte są wszystkie przedmioty nauczane w szkole z określeniem liczby godzin: przedmiotowych w tygodniu, przedmiotów uzupełniających, fakultatywnych (dodatkowych) i do wyboru.

**planowanie przedlekcyjne**-planowanie dokonywane przed lekcją przez nauczyciela, polegające na m.in. ustaleniu celów, treści i sposobów nauczania.

**pochwała**-werbalny lub niewerbalny sygnał od nauczyciela rozumiany jako wzmocnienie pozytywne mające na celu umocnić pożądane zachowanie ucznia i zachęcić do przejawiania takiego zachowania.

**podstawy programowe**-zasadniczy akt prawny regulujący działania edukacyjne, określa jakim celom ma służyć i jakie zadania realizować kształcenie szkolne, w ten sposób by całość nauczania sprzyjała rozwojowi ucznia.

**pogadanka jako metoda kształcenia**-polega na rozmowie nauczyciela z uczniami na temat podany przez nauczyciela. Przedmiotem rozmowy są zagadnienia zaczerpnięte z podręcznika, obserwacji, eksperymentu, opowiadania, opisu, a także z pozaszkolnego doświadczenia ucznia. Zasadniczo należy posługiwać się trzema typami pytań:

*pytania przygotowawcze*-takie, które mają na celu przypomnienie treści, mających stać się przedmiotem rozmowy,

*pytania naprowadzające*-takie, które pobudzają aktywność umysłową ucznia,

*pytania zbierające*-takie, które zmierzają do tego, by uzyskanym uogólnieniom nadać dokładne i jednoznaczne sformułowania słowne.

**pokaz łączony z przeżyciem**-metoda kształcenia, która polega na stwarzaniu sytuacji, w których uczestnicy sami wytwarzają bądź odtwarzają określone wartości „na oczach” widowni. Do najbardziej znanych form pokazu połączonego z przeżyciem można zaliczyć:

-udział uczniów w przedstawieniu szkolnym w roli autorów, scenografów, aktorów (chodzi o grę w większym przedstawieniu a nie w skeczu, jak to ma miejsce w metodzie inscenizacji), reżyserów a nawet suflerów,

-pokaz wykonanych przez uczących się prac związanych z jednym tematem i jedną formą wyrazu lub z indywidualnymi zainteresowaniami,

-heppening-wielowątkowa scenka z udziałem osób i przedmiotów, której scenariusz dopuszcza przypadkowość sytuacji,

-psychodrama-wyrażanie różnych przeżyć w formie improwizowanych scen.

**pokaz z instruktążem**-metoda kształcenia, która polega na pokazie czynności i jej kolejnych faz. Pokaz czynności wspierany instruktążem obejmuje następujące fazy ogniw zajęć.:

#### *Faza I*

-wyjaśnienie celu i przedmiotu pokazu,

-pokaz czynności dokonany przez nauczyciela,

-pokaz bardziej skomplikowanych elementów czynności dokonany przez nauczyciela.

### *Faza II*

- powtórzenie pokazu przez kilku wyznaczonych uczniów,
- ponowny pokaz całej czynności najpierw w tempie zwolnionym, następnie w tempie normalnym.

### *Faza III*

- wykonanie czynności przez wszystkich uczących się,
- ocena poziomu opanowania czynności.

**pokaz z objaśnieniem**-metoda kształcenia, która polega na demonstracji prawidłowo wykonanych czynności w odpowiedniej kolejności.. Można wyróżnić dwie formy pokazu wspieranego objaśnieniem:

- pokaz następuje po przedstawieniu werbalnym,
- objaśnienie ilustrowane jest jednoczesnym pokazem.

**praca domowa** (zadana w szkole)-uzupełnienie, ciąg dalszy pracy lekcyjnej umożliwiający pogłębienie i utwalenie wiedzy ucznia, a przede wszystkim wdrożenie go do samodzielności w myśleniu i posługiwaniu się wiedzą, w realizowaniu samodzielnych zadań twórczych.

**praca grupowa**-uczniowie pracują w kilkusobowych grupach, np. poszczególne grupy rozwiązują problem stosując metodę metaplanu.

**praca indywidualna**-indywidualna praca ucznia w procesie zdobywania wiedzy, np. poprzez analizę artykułu naukowego, oglądanie środków wizualnych, słuchanie wykładu; jej celem jest zmuszenie ucznia do samodzielnego wysiłku intelektualnego.

**praca polekcyjna**-wykonanie pewnej pracy w domu po lekcji, co ma służyć utwaleniu wiedzy, wyrobić w uczniu sprawność stosowania wiedzy w sytuacjach typowych i problemowych.

**praca zbiorowa**-zbiorowa praca uczniów w procesie zdobywania wiedzy, np. poprzez rozwiązanie problemu z zastosowaniem metody burzy mózgów, wyciąganie wniosków po obejrzeniu filmu.

**praktyka**-końcowy produkt pracy jest potwierdzeniem lub odrzuceniem słuszności zasad, według których jego wytwarzanie zostało oparte.

**prelekcja**-odmiana odczytu na temat popularno-naukowy, powinna zakończyć się dyskusją.

**proces kształcenia (proces nauczania)**-systematyczny, planowy i długotrwały zbiór (ciąg) ściśle powiązanych ze sobą czynności nauczyciela oraz zależnych od nich czynności uczniów; jest na ogół inicjowanym, planowanym i kierowanym przez nauczyciela procesem uczenia się uczniów.

**program nauczania (kształcenia)**-zakres treści kształcenia przewidziany do opracowania na określonym szczeblu kształcenia, w danej klasie.

**samokształcenie**-nabywanie wykształcenia w toku działalności własnej, której cele, treści, warunki i środki ustala sam podmiot tym procesem zainteresowany.

**scenariusz lekcji**-rozbudowany plan pracy dydaktycznej nauczyciela, stanowiący rozwinięcie i skonkretyzowanie planu lekcji, różniący się od konspektu lekcji głównie następującymi elementami: formą opisową czynności nauczyciela, formami pracy, uwzględnieniem ewentualnych wskazówek i uwag nauczyciela w przebiegu lekcji.

**seminarium**-uczestnicy są przygotowani do tematu przez wcześniejsze zapoznanie się z określoną, wskazaną przez nauczyciela literaturą przedmiotu.

**struktura lekcji**-konstrukcja lekcji, jej tok.

**szkoła**-instytucja oświatowo-wychowawcza zajmująca się kształceniem i wychowaniem w państwie; siedziba (budynek) tej instytucji oraz jej uczniowie i personel. Obecnie w Polsce wyróżnia się następujące typy szkół: szkoła podstawowa (6 lat), gimnazjum (3 lata), szkoły ponadgimnazjalne (średnie): liceum ogólnokształcące (3 lata), liceum profilowane (3 lata), technikum (4 lata), zasadnicza szkoła zawodowa (2 lata), uzupełniające liceum ogólnokształcące (2 lata), technikum uzupełniające (3 lata), szkoła policealna, szkoła specjalna (3 lata); szkoła wyższa (nie podlega systemowi oświaty, lecz własnej regulacji o szkolnictwie wyższym).

**sztuka teatralna jako metoda kształcenia**-spektakl, w którym uczący się, odpowiednio przygotowany, bierze udział w charakterze widza, a po zakończeniu spektaklu powinien się do niego odnieść (na piśmie lub w dyskusji).

**środki dydaktyczne (materiały dydaktyczne)**-przedmioty, które dostarczają słuchaczom bodźców sensorycznych oddziałujących na wzrok, słuch, dotyk, dzięki czemu ułatwiają pośrednie i bezpośrednie poznawanie świata realnego.

**środowisko dydaktyczne**-klimat i struktura klasy, w której zachodzi proces uczenia się i nauczania.

**taksonomia**-rodzaj klasyfikacji lub narzędzie pomocne w klasyfikowaniu i ujawnianiu związków między przedmiotami i pojęciami.

**test**-sprawdzian, którym nauczyciel posługuje się w celu określenia wiedzy uczniów i opanowanych przez nich umiejętności (wyróżnia się m.in. testy diagnostyczne, różnicujące, sprawdzające).

**treści kształcenia**-całokształt podstawowych wiadomości i umiejętności z dziedziny nauki, techniki, kultury, sztuki, praktyki społecznej, przewidzianych do opanowania przez uczniów podczas ich pobytu w szkole.

**uczenie się**-proces w toku którego na podstawie doświadczenia, poznania i ćwiczenia powstają nowe formy zachowania się i działania bądź też ulegają zmianom formy wcześniej nabyte.

**uczenie się sensoryczne**-poznawanie otaczającego świata bezpośrednio, z pomocą zmysłów.

**uczeń zdolny**-uczeń, który ma możliwość dojścia do wybitnych osiągnięć w danej dziedzinie, który przejawia wysoki poziom zdolności ogólnych (inteligencji) lub posiada jakąś zdolność specjalną w sferze działalności umysłowej.

**umiejętność**-zdolność posługiwania się nabytą wiedzą przy wykonywaniu określonych zadań.

**usługa edukacyjna**-to celowy i uporządkowany ciąg relacji, jakie zachodzą pomiędzy nauczycielem a uczniem.

**wiedza**-ogół wiarygodnych informacji o rzeczywistości wraz z umiejętnością ich wykorzystywania.

**wielokrotna mutacja „A” i „B”(dyskusja wielokrotna)**-jest odmianą dyskusji okrągłego stołu. Jej zasada organizacyjna oparta jest na podzieleniu uczestników na grupy, przydzieleniu każdej grupie szczegółowych zadań i ustaleniu czasu na dyskusję. Na zakończenie kierownicy grup przedstawiają wyniki ich pracy, słuchacze wybierają w drodze dyskusji optymalne rozwiązanie, a nauczyciel przedstawia walory przyjętego wariantu.

**właściwości ucznia**-inteligencja, zdolności specjalne, zainteresowania, nastawienia, poziom aspiracji, motywacja uczenia się, potrzeby.

**wykład**-polega na podaniu grupie słuchaczy wiedzy w jej naukowej postaci. Treści są tak dobrane, by wyczerpywały możliwie całość wiedzy z danego zakresu.

**wykład konwersatoryjny**-przeplatany wypowiedziami uczniów lub wykonywaniem przez nich odpowiednich zadań teoretycznych lub praktycznych.

**wykład problemowy**-przy zastosowaniu tej metody nauczyciel ogranicza przekazywanie informacji, stawiając problemy, których rozwiązanie przez uczniów jest możliwe dzięki wykorzystaniu posiadanych wiadomości (przy aktywnym i twórczym ich udziale).

**wzmocnienie**-działanie nauczyciela umacniające pożądane zachowanie ucznia i zachęcające do przejawiania go w przyszłości.

**zadanie domowe**-wykonanie pewnej pracy w domu w zakresie określonych treści nauczania.

**zadanie dydaktyczne**-praca, którą uczniowie mają do wykonania w klasie oraz poznawcze i społeczne wymagania, którym mają sprostać na określonych zajęciach lekcyjnych.

**zasady kształcenia**-ogólne normy postępowania dydaktycznego nauczyciela i działalności uczniów, które wynikają z podstawowych prawidłowości procesu dydaktycznego. Ich przestrzeganie zapewnia lepszą realizację zakładanych celów kształcenia ogólnego i zawodowego.

**zasób wiedzy ucznia**-nagromadzone w miarę upływu czasu wiadomości rzutujące na praktykę nauczania, ich źródłem są badania i doświadczenie nauczyciela.

## Zakończenie

Nauczyciel przedmiotów zawodowych musi w pełni odpowiadać wymaganiom szkoły, która poprzez wysoce konkurencyjny rynek potrzebuje bardzo dobrej klasy specjalistów. To jeden z zawodów, znany od lat, wymagający odpowiednich kompetencji pedagogicznych, komunikacyjnych i metodycznych. Zauważalny brak specjalistów w szkolnictwie z dziedziny przedmiotów zawodowych potwierdza, że warto kształcić się w tym kierunku. Dobrze wykształcony nauczyciel przedmiotów zawodowych powinien ukończyć studia wyższe z zakresu danej dziedziny.

W trakcie realizacji treści z zakresu dydaktyki ogólnej i dydaktyki zawodowej zwraca się uwagę studentów na wiele aspektów pracy nauczyciela:

- samokształcenie (m.in. kursy, szkolenia, studia uzupełniające),
- specyfikę pracy w szkole (m.in. organizację szkoły, szkolne przepisy BHP, plan pracy szkoły, statut szkoły, system zarządzania w szkole),
- relacje z uczniami (m.in. wymagania, kryteria oceniania, komunikatywność, opiekę nad uczniem: zdolnym, słabym, niepełnosprawnym),
- relacje z nauczycielami (m.in. koleżeństwo, uczynność),
- przygotowywanie się do zajęć pod względem merytorycznym i metodycznym (m.in. gromadzenie odpowiedniej literatury źródłowej: książek, fachowych czasopism, przygotowywanie materiałów dydaktycznych).

Oprócz tych kwestii niezmiernie ważne są również umiejętności praktyczne nauczyciela nabywane w procesie kształcenia:

- praktyczne zastosowanie metod kształcenia,
- praktyczne zastosowanie środków i materiałów dydaktycznych na lekcji,
- umiejętność budowy konspektu zajęć (umiejętność formułowania celów lekcji, doboru metod kształcenia, środków i materiałów dydaktycznych),
- umiejętność budowy scenariusza zajęć.

Dobry nauczyciel powinien być nastawiony na wspomaganie rozwoju ucznia, jego samodzielnego myślenia oraz kształtowania postaw innowacyjnych i kreatywnych. Powinien działać na rzecz odkrywania, rozwijania i eksponowania kreatywnego potencjału jednostki. Wymaga to odejścia od przekazywania gotowej wiedzy i stosowania w swej pracy metod aktywizujących ucznia.



## Ćwiczenia dla studenta

### Polecenie 1

Na podstawie analizy treści zawartych w książce rozwiąż poniższy test (*Uwaga!*) jednokrotnego wyboru.

1. Usługa edukacyjna to:

- a) podanie grupie słuchaczy wiedzy w jej naukowej postaci
- b) celowy i uporządkowany ciąg relacji zachodzących między nauczycielem a uczniem
- c) ogół wiarygodnych informacji o rzeczywistości wraz z umiejętnością ich wykorzystywania
- d) zdolność posługiwania się nabytą wiedzą przez ucznia przy wykonywaniu określonych zadań

2. Taksonomia to inaczej:

- a) rodzaj klasyfikacji
- b) zbiorowa praca uczniów na lekcji
- c) pokaz czynności i ich kolejnych faz
- d) wszystkie odpowiedzi wymienione powyżej

3. Pedeutologia

- a) dział pedagogiki zajmujący się zagadnieniami dotyczącymi zawodu nauczyciela
- b) dyskusja kilku uczniów w klasie
- c) słowne przedstawienie pewnego zdarzenia
- d) teoria kształcenia ogólnego

4. Grupa metod, których celem jest pobudzenie ucznia do pracy na zajęciach lekcyjnych

- a) metody podające
- b) badania metodyczne
- c) metody aktywizujące
- d) metody kształcenia

5. Metaplan

- a) celowe, zorganizowane sytuacje, najczęściej przybierające formę zabawy
- b) metoda praktyczna
- c) obyczajowość szkoły
- d) graficzny zapis przebiegu dyskusji

6. Gry dydaktyczne dzieli się na:

- a) gry zróżnicowane
- b) gry decyzyjne, psychologiczne, symulacyjne
- c) nie ma takiej klasyfikacji
- d) gry decyzyjne i psychologiczne

7. Wymaga napisania scenariusza, przydzielenia uczniom określonych ról, przygotowania rekwizytów i „odegrania scenki”

- a) inscenizacja

- b) scenka z życia
- c) film
- d) burza mózgów

8. Kilku uczniów o skrajnie odmiennych poglądach dyskutuje na forum grupy

- a) panel
- b) dyskusja związana z wykładem
- c) wielokrotna mutacja „A” i „B”
- d) metaplan

9. Stosując tę metodę nauczyciel przenosi na uczniów odpowiedzialność za nauczenie części materiału swoich kolegów

- a) metoda przypadków
- b) metoda sytuacyjna
- c) metoda projektów
- d) metoda „Jig Saw”

10. Plan nauczania

- a) dokument, w którym wymienione są wszystkie przedmioty nauczane w szkole z określeniem liczby godzin:
- b) wszystkie dokumenty i polecenia składające się na instrukcję normującą pracę szkół i nauczycieli ukierunkowaną na doprowadzenie uczniów do osiągnięcia założonych celów programowych
- c) podstawowy, operacyjny plan pracy dydaktycznej nauczyciela
- d) sprawdzenie zasobu wiedzy przyswojonej przez uczniów

11. Rozbudowany plan pracy dydaktycznej nauczyciela, stanowiący rozwinięcie i skonkretyzowanie planu lekcji

- a) program kształcenia
- b) test
- c) konspekt lekcji
- d) scenariusz lekcji

12. Do metod podających nie zalicza się

- a) opowiadania
- b) anegdoty
- c) klasycznej metody problemowej
- d) odczytu

13. Do metod programowanych zalicza się:

- a) metoda z użyciem komputera, z użyciem maszyny dydaktycznej, z użyciem podręcznika programowanego
- b) gry symulacyjne, decyzyjne i psychologiczne
- c) pokaz łączony z przeżyciem i sztuką teatralną
- d) pokaz z objaśnieniem i pokaz z instruktążem

14. Do form dyskusji dydaktycznej zalicza się:

- a) dyskusję okrągłego stołu
- b) dyskusję związaną z wykładem
- c) metaplan

d) wszystkie wymienione powyżej

15. Metoda kształcenia, która jest pewną odmianą wystawy

- a) ekspozycja
- b) sztuka teatralna
- c) pokaz łączony z przeżyciem
- d) film

16. Jedną z różnic między konspektem lekcji a scenariuszem lekcji

- a) forma opisowa czynności nauczyciela
- b) forma pracy
- c) uwagi nauczyciela na temat przebiegu lekcji
- d) wszystkie wymienione powyżej

17. Elementem przebiegu tematycznej lekcji jest

- a) czynności organizacyjne i wprowadzenie do tematu lekcji
- b) rozwinięcie tematu lekcji
- c) podsumowanie i ocenienie uczniów
- d) wszystkie elementy wymienione powyżej

18. W tej metodzie kształcenia zasadniczo należy posługiwać się trzema typami pytań: przygotowawczymi, naprowadzającymi i zbierającymi. O jaką metodę kształcenia chodzi?

- a) opowiadanie
- b) dyskusję dydaktyczną
- c) pogadankę
- d) pokaz łączony z przeżyciem

19. Inną nazwą wielokrotnej mutacji „A” i „B” jako metody kształcenia

- a) wykład problemowy
- b) panel
- c) dyskusja okrągłego stołu
- d) dyskusja wielokrotna

20. Obowiązkowo wypełniany przez studenta studiów podyplomowych w zakresie przygotowania pedagogicznego podczas praktyk

- a) test wiedzy
- b) scenariusz lekcji
- c) konspekt lekcji
- d) dziennik praktyk

21. Elementy konspektu lekcji

- a) temat, cele lekcji, metody kształcenia, środki i materiały dydaktyczne, tok lekcji
- b) temat, cele lekcji, metody kształcenia, formy pracy, środki i materiały dydaktyczne, tok lekcji
- c) części składowe pracy kontrolnej (część teoretyczna i część praktyczna)
- d) cele lekcji, metody kształcenia, środki i materiały dydaktyczne

22. Praca polekcyjna

- a) odmiana odczytu na temat popularno-naukowy

- b) wykonanie pewnej pracy w domu po lekcji
- c) zbiorowa praca uczniów w procesie zdobywania wiedzy
- d) zaangażowanie wszystkich uczniów w klasie w pracę związaną z tematem lekcji

23. Inaczej sprawdzian

- a) praca polekcyjna
- b) krzyżówka
- c) praca domowa
- d) test

24. Uczy jak nie dopuścić do utraty dobrej kondycji głosowej w trakcie kariery pedagogicznej

- a) pedagogika
- b) emisja głosu
- c) metodyka
- d) psychologia

25. Do prozodycznych czynników mowy zalicza się:

- a) szybkość, tempo mówienia
- b) siłę i melodię
- c) akcent
- d) wszystkie elementy wymienione powyżej

26. Który element nie zalicza się do klasycznego planu pracy przemówienia?

- a) wstęp i zakończenie
- b) zasady prezentacji wystąpienia
- c) przedstawienie problemu
- d) podział i argumentacja

27. Proces wzajemnego przekazywania informacji, umiejętności, pojęć, idei czy uczuć za pomocą symboli tworzonych przez słowa i dźwięki oraz przez obraz, dotyk, gesty

- a) proces opanowania wiedzy
- b) komunikacja
- c) edukacja
- d) dydaktyka ogólna

28. Przekaz niewerbalny charakteryzuje/ją:

- a) słowa
- b) dźwięki
- c) wysokość głosu
- d) wszystkie wymienione powyżej odpowiedzi

29. Ma na celu wywołanie reakcji subiektywnych u odbiorcy, oddziałuje na odbiorcę, na jego wolę, uczucia, wyobraźnię.

- a) funkcja impresywna języka
- b) funkcja ekspresywna języka
- c) funkcja poetycka języka
- d) funkcja komunikatywna języka

30. Które z pytań zadaje nauczyciel uczniom przy zastosowaniu metody przypadków?

- a) Jak jest inne, możliwe najlepsze rozwiązanie tego problemu?
- b) Co należy zrobić, aby przedsięwzięcie się powiodło, aby zapobiec zaistniałym skutkom?
- c) Jaką decyzję podjąłbyś na miejscu bohatera przypadku?
- d) Wszystkie wymienione powyżej pytania

31. Metoda kształcenia „Jig Saw” to inaczej:

- a) „klasa układanka”
- b) „klasa-pytanka”
- c) „klasa-pytanie nauczyciel-uczeń”
- d) „klasa-nauka”

32. Graficzny zapis analizy procesu podejmowania decyzji (metoda kształcenia)

- a) pięć kapeluszy
- b) drzewko decyzyjne
- c) sztuka teatralna
- d) teatrzyk

33. Schemat przyczynowo-skutkowy jako metoda kształcenia to inaczej:

- a) szkielet rybiej ości
- b) szkielet ssaka
- c) forma plakatu
- d) drzewko decyzyjne

34. Proces w toku którego na podstawie doświadczenia, poznania i ćwiczenia powstają nowe formy zachowania się i działania bądź też ulegają zmianom formy wcześniej nabyte.

- a) skuteczne nauczanie
- b) sytuacja uczenia się
- c) umiejętność
- d) uczenie się

35. Która z poniższych zasad „Nauczycielu pamiętaj” nie jest prawdziwa?

- a) pracę domową można zadawać na samym końcu lekcji
- b) zwracaj uwagę na głośne i wyraźne odpowiedzi uczniów
- c) nie stój nigdy tyłem do uczniów
- d) pamiętaj o kontakcie wzrokowym z uczniami

36. Nauka zajmująca się m.in. kształtowaniem prawidłowej mowy i zapobieganiem powstawania wad wymowy to:

- a) logopedia
- b) emisja głosu
- c) nosowość synchroniczna
- d) rezonans

37. Przyczyną agresywnych zachowań uczniów wobec rówieśników (mobbing) są:

- a) konflikty rodzinne
- b) trudności w nauce
- c) lęk szkolny
- d) wszystkie odpowiedzi wymienione powyżej

38. Wyróżnia się następujące rodzaje rejestrów:

- a) dolny rejestr piersiowy
- b) górny rejestr piersiowy
- c) rejestr mieszany
- d) wszystkie odpowiedzi wymienione powyżej

39. Utrwalenie pożądanego zachowania ucznia

- a) pochwała
- b) pozytywne wzmocnienie
- c) niewerbalny sygnał
- d) wszystkie odpowiedzi wymienione powyżej

### **Polecenie 2**

Odpowiedz pisemnie na poniższe pytania.

1. W jaki sposób nauczyciel może wzbudzać autorytet u swoich uczniów?
2. Jakie są cechy psychiczne i fizyczne idealnego (wzorcowego) nauczyciela przedmiotów zawodowych? Podaj przykłady.
3. Jakie umiejętności powinien posiadać dobry nauczyciel przedmiotów zawodowych?
4. Jak zinterpretujesz termin „nauczyciel z powołania”? Odwołaj się do swoich doświadczeń z lat szkolnych, czy często na swojej ścieżce edukacyjnej spotykałeś/spotykałaś takich?
5. Jakie czynności w zakresie organizacji swojej pracy powinien wykonać początkujący nauczyciel przedmiotów zawodowych zatrudniony na etacie w szkole?
6. Dlaczego uczenie innych powinno być pasją każdego nauczyciela przedmiotów zawodowych?
7. W jaki sposób nauczyciel może motywować ucznia do pracy na zajęciach lekcyjnych?
8. Dlaczego ważne są dobre relacje i przyjazna atmosfera pomiędzy nauczycielem a uczniami w klasie szkolnej, a również poza nią?

### **Polecenie 3**

Przygotuj konspekt 45-minutowej lekcji poświęconej sprawdzaniu wiadomości z zakresu dowolnego przedmiotu zawodowego.

### **Polecenie 4**

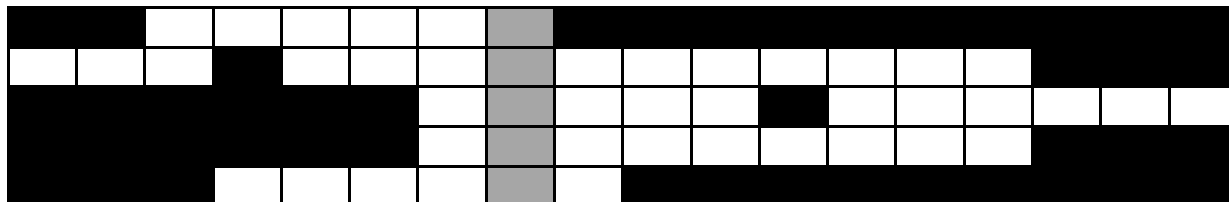
Przygotuj się do ustnej odpowiedzi na pytania (lub polecenia).

1. W jakim celu przeprowadza się ocenę jakości pracy nauczyciela akademickiego przez studentów?
2. Omów budowę celów kształcenia według koncepcji R. Magera.

3. Jakie znaczenie ma poprawne sformułowanie i dobór celów kształcenia?
4. Wymień główne etapy toku lekcji.

### **Polecenie 5**

Rozwiąż krzyżówkę.



1. Amerykanin, opracował w 1936 roku metodę „burzy mózgów”
2. Czynnikiem charakteryzującym tę metodę jest zabawa, która jest niezwykle przydatna w procesie uczenia się.
3. Metoda zwana twórcza dyskusja.
4. Inna nazwa metody „Jig Saw”
5. Metoda, w której każdy uczestnik grupy powinien zostać ekspertem, aby w istotny sposób przyczynić się do osiągnięć całego zespołu.

### **Polecenie 6**

Odpowiedz w formie pisemnej.

1. Wykaż podstawowe różnice między scenariuszem a konspektem lekcyjnym.
2. Przedstaw, jakie znaczenie ma poprawna budowa i dobór celów kształcenia.
3. Omów szczegółowo pracę studenta WSZ podczas praktyk w szkole.
4. Przedstaw sposoby radzenia sobie (jako nauczyciel) z dyscypliną w klasie szkolnej.
5. Omów zasady budowy scenariusza lekcji.
6. Podaj definicję dydaktyki zawodowej.
7. Wymień i opisz wszystkie znane Ci metody podające według kryterium W. Okonia.
8. Omów zasady budowy konspektu lekcji.
9. Dlaczego stosowanie metod aktywizujących przez nauczycieli na lekcji jest tak istotne?

### **Polecenie 7**

Przygotuj konspekt i scenariusz 45-minutowej lekcji wychowawczej. Zastanów się nad doбором tematu, którym masz szansę zainteresować młodzież. Dobierz poprawnie cele kształcenia, metody oraz materiały pomocnicze. Przećwicz prowadzenie lekcji w domu.

### **Polecenie 8**

Przygotuj się merytorycznie i metodycznie do wybranej formy dyskusji dydaktycznej (tj. metaplanu, okrągłego stołu, dyskusji panelowej) w zakresie następującej problematyki związanej z pracą wychowawczą nauczyciela:

- a) Mobbing w szkole.
- b) Narkotyki w szkole i sposoby im przeciwdziałania.
- c) Jakość kształcenia w szkole.
- d) Stres nauczyciela, stres uczniów w procesie uczenia się i nauczania.
- e) Dyscyplina podczas zajęć lekcyjnych.
- f) Niepełnosprawny uczeń w klasie.
- g) Emocje w relacji nauczyciel-uczeń są podstawą pracy wychowawczej nauczyciela.
- h) Nauczyciel jako wzór do naśladowania w szkole i poza nią.



## Bibliografia

1. Andrzejak Z., Kacprzak L., Pająk K. (red. nauk.), *Polski system edukacji po reformie 1999 roku*, tom 2, Dom Wydawniczy ELIPSA w Warszawie, Poznań-Warszawa 2005.
2. *Antologie-wyбір tekstów literackich*.
3. Arends R.I., *Uczymy się nauczać*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1994.
4. Ballard R., *Jak żyć z ludźmi. Umiejętności interpersonalne. Program profilaktyczny dla młodzieży. Ćwiczenia grupowe*, Warszawa 1988.
5. Bednarek J., *Ćwiczenia wyrazistości mowy*, Dolnośląska Szkoła Wyższa Edukacji, Wrocław 2002.
6. Bereźnicki F., *Dydaktyka kształcenia ogólnego*, Oficyna Wydawnicza „Impuls” w Krakowie, Wydanie I, Kraków 2001.
7. Bierach A.J.: *Komunikacja niewerbalna: mowa ciała kluczem do sukcesu-zrozumienie, opis przypadków, skuteczność, ćwiczenia*. Wrocław 1998.
8. Biernacka M., Korba J., Smutek Z., *Podstawy przedsiębiorczości*, Wydawnictwo Pedagogiczne Operon, Gdynia 2003.
9. Błęszyński J., *Alternatywne i wspomagające metody komunikacji*, Impuls, Kraków 2008.
10. Brown S., *Jak mówić, aby ludzie nas słuchali*, Warszawa 1996.
11. Brudnik E., Moszyńska A., Owczarska B.: *Przewodnik po metodach aktywizujących*, Warszawa 2000.
12. Czajkowska A., Otwinowski W. (red. nauk.), *Edukacyjne zagrożenia i wyzwania młodego pokolenia*, tom 3, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa w Poznaniu, Poznań 2009.
13. Czajkowska A., Rondalska D. (red. nauk.), *Edukacja bez granic-mimo barier*, tom 3, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa w Poznaniu, Poznań 2008.
14. Dąbrowska D., Dziwińska A., *Emisja głosu. Wybrane zagadnienia*. Skrypt dla studentów, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa, Wałbrzych 2005.
15. Demel G., *Minimum logopedyczne nauczyciela*, WSiP, Warszawa 1998.
16. Dobek-Ostrowska B., *Podstawy komunikowania społecznego*, Wrocław Astrum 1999.
17. Duderstadt J.J., *The twenty-first century University. A tale of Two Futures*, (in) Hirsch W.Z., Weber L.E. (ed) *Challenges Facing Higher Education at the Millennium*, Elsevier Science, Pergamon, Oxford, New York, Tokyo, 1999.
18. Gałkowski T., Jastrzębowska G., *Logopedia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Opolskiego, Opole 1999.
19. Gawrońska-Garstka M. (red. nauk.), *Edukacja nieustająca wyzwaniem społeczeństwa informacyjnego*, tom 1, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa w Poznaniu, Poznań 2009.
20. Gawrońska-Garstka M., Zduniak A. (red. nauk.), *Edukacja nieustająca wyzwaniem społeczeństwa informacyjnego*, tom 3, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa w Poznaniu, Poznań 2010.
21. Gęca L., *Tańce integracyjne w pracy z grupą*, Wydawnictwo Klanza, Lublin 2002.
22. Gwoździńska-Piotrowska M., Wołęjszo J., Zduniak A. (red. nauk.), *Edukacja w społeczeństwie „ryzyka”. Bezpieczeństwo jako wartość*, tom 3, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa w Poznaniu, Poznań 2007.
23. <http://dumel.pl/dyskusje-panelowe.html>
24. <http://nauczyciel.język-polski.pl/problemowe-metody-nauczania/510-burza>
25. <http://www.szkolnictwo.pl/index.php?id=PV1151>
26. <http://www.orzysz.pl/index.php?wiad=1312>,  
<http://www.zsjastkowice.pysznicz.pl/aktmet.doc>
27. [http://www.gm37.krakow.pl/grafika/metaplan\\_metoda\\_aktywizujaca.pdf](http://www.gm37.krakow.pl/grafika/metaplan_metoda_aktywizujaca.pdf)
28. <http://translate.google.pl/translate?hl=pl&langpair=en|pl&u=http://afbnet.vtt.fi/sw.pdf>

- 29.[http://www.bryk.pl/teksty/liceum/chemia/chemia\\_%C5%9Brodowiska/15480-ekologiczne\\_%C5%BAr%C3%B3d%C5%82a\\_energii.html](http://www.bryk.pl/teksty/liceum/chemia/chemia_%C5%9Brodowiska/15480-ekologiczne_%C5%BAr%C3%B3d%C5%82a_energii.html)
- 30.Jung E. (red. nauk.), *Innowacje w edukacji akademickiej*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, nr 1(4)/2004, Łódź 2004.
- 31.Kochanowski J., Ogonowska A. (red. nauk.), *Socjologia*, Zeszyt Naukowy nr 4, Oficyna Wydawnicza TEXT w Krakowie, Kraków 2006.
- 32.Kochanowski J., Kowalska-Musiał M. (red. nauk.), *Socjologia*, nr 6/2007, Zeszyt Naukowy, Oficyna Wydawnicza TEXT w Krakowie, Kraków 2007.
- 33.Konarzewski K.(red. nauk.), *Sztuka nauczania. Szkoła*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004.
- 34.Kozubska A., Zduniak A. (red. nauk.), *Kształcenie zawodowe w teorii i praktyce edukacyjnej*, tom 1, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa w Poznaniu, Poznań 2006.
- 35.Kruszewski K.(red. nauk.), *Sztuka nauczania. Czynności nauczyciela*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004.
36. Kubica J. (red. nauk.), *Zeszyty Naukowe*, nr 2(40)/2005, Zakład Wydawniczy DrukTur w Warszawie, Warszawa 2005.
- 37.Kubica J., Modzelewski E.(red. nauk.), *Zeszyty Naukowe* 2(46)/2007, Zakład Wydawniczy DrukTur sp. z o.o., Warszawa 2007.
- 38.Kupisiewicz Cz. Kupisiewicz M., *Słownik pedagogiczny*, Warszawa 2009.
- 39.Kupisiewicz Cz., *Dydaktyka ogólna*, PWN, Warszawa 2005.
- 40.Kurcz I., *Psychologia języka i komunikacji*, Warszawa 2000.
- 41.Kwieciński Z., Śliwerski B.(red. nauk.), *Pedagogika*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004.
- 42.Lange K., Sawrycki W., Tański P., *Problematyka tekstu głosowo interpretowanego (II)*, Wyd. Adam Marszałek, Toruń 2006.
- 43.Legieć-Matosiuk A., Haciński J., *Emisja głosu-skrypt dla studentów*, Słupsk 1994.
- 44.Łastik A., *Poznaj swój głos...twoje narzędzie pracy*, Studio Emka, Warszawa 2002.
- 45.Maciaszek J. (red. nauk.), *Innowacje w edukacji akademickiej*, nr 2/2002 (2), Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź czerwiec 2002.
- 46.Madejska L., Witaszek-Samborska M., *Zapis fonetyczny. Zbiór ćwiczeń*, UAM, Poznań 2003.
- 47.Mikuta M., *Kultura żywego słowa*, WSP, Częstochowa 2001.
- 48.Minkiewicz-Najkowska J., *Przygotowanie studentów przez uczelnie do zarządzania własną wiedzą*, [w:] Jaskot K., Murawska A. (red. nauk.): *Pedagogika Szkoły Wyższej*, nr 24-25, Oficyna Wydawnicza OKP w Szczecinie, Szczecin-Warszawa 2004.
- 49.Musiałkiewicz J., *Podstawy przedsiębiorczości*, Wydawnictwo Ekonomik w Warszawie, Warszawa 2002.
50. Nalaskowski S., *Metody nauczania*, Wydawnictwo „Adam Marszałek”, Toruń 1998.
- 51.Niemierko B., *Między oceną szkolną a dydaktyką. Bliżej dydaktyki*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1997.
- 52.Nęcka E., *Komunikacja międzyludzka*, Kraków 1996.
- 53.Nolting H.: *Jak zachować porządek w klasie*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2004.
- 54.Oczkoś M., *Sztuka poprawnej wymowy, czyli o belkotaniu i faflunieniu*, RM, Warszawa 2007.
- 55.Okoń W., *Wprowadzenie do dydaktyki ogólnej*, Wydawnictwo „Żak” w Warszawie, wydanie trzecie poprawione, Warszawa 1996.
- 56.Okoń W., *Nowy słownik pedagogiczny*, Warszawa 2001.

57. Ostaszewska D., Tambor J., *Podstawowe wiadomości z fonetyki i fonologii współczesnego języka polskiego. Skrypt dla studentów filologii polskiej*, Uniwersytet Śląski, Katowice 1993.
58. Ośrodek Doradztwa i Doskonalenia Kadr Sp. Z o.o. w Gdańsku. Rok 1998. Film z serii: BHP w praktyce pt. „Profilaktyka i rehabilitacja osób narażonych na choroby narządu głosu”.
59. Perrot E.: *Efektywne nauczanie*, Warszawa 1995.
60. Plewka Cz., *Metodyka nauczania teoretycznych przedmiotów zawodowych. Podręcznik dla kandydatów na nauczycieli*, Wydawnictwo i Zakład Poligrafii Instytutu Technologii Eksploatacji w Radomiu, Radom 1999.
61. Pobjewska A. (red. nauk.), *Innowacje w edukacji akademickiej*, nr 2/2002 (2), Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź marzec 2002.
62. Półturzycki J., *Dydaktyka dla nauczycieli*, Toruń 1997.
63. Radziwiłł A., Jakubowski J., Sawicki M.: *Dobra szkoła*, Ego Dom Wydawniczy, Warszawa 2004.
64. Robertson J., *Jak zapewnić dyscyplinę, ład i uwagę w klasie?* Wydawnictwo WSiP, Warszawa 1998.
65. Seul A., *Stylistyka. Teksty do ćwiczeń dla studentów*, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa, Wałbrzych 2000.
66. Siek S., *Twoja odpowiedź na stres. Relaksacja, medytacja, autosugestia. Mały leksykon technik redukujących stres*, Wrocław 1998.
67. Skorek E., *Z logopedią na ty. Podręczny słownik logopedyczny*, Impuls, Kraków 2000.
68. Skrzypek E., *Wpływ zarządzania wiedzą na jakość*, Problemy Jakości 11/1999.
69. Svobodova K., *Język i mowa. Ćwiczenia rozwijające motorykę narządów mowy*, Montanex, Ostrava-Mariánské Hory 2006.
70. Szejnberg A., *Doskonalenie usług edukacyjnych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Opolskiego, Opole 2008.
71. Tarasiewicz B., *Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu*, Universitas, Kraków 2003.
72. Toczyska B., *Elementarne ćwiczenia dykcji*, Gdańskie Wydawnictwo Oświatowe, Gdańsk 1998.
73. Toczyska B., *Kama makaka ma. Wprawki dykcyjne*, Uniwersytet Gdański, Gdańsk 1994.
74. Turkowski M., *Marketing usług hotelarskich*, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2003.
75. Walczak-Deleżyńska W., *Aby język giętki. Wybór ćwiczeń artykulacyjnych od J. Tennera do B. Toczyskiej*, PWST, Wrocław 2001.
76. Walczak-Deleżyńska W., Deleżyński J., *Czy dykcja to fikcja? Praca nad wyrazistością słowa*, Bałucki Ośrodek Kultury, Łódź 2004.
77. Wenta K., Perzycka E. (red. nauk.), *Diagnoza i ewaluacja w przemianach edukacyjnych*, Oficyna Wydawnicza CDiDN w Szczecinie, Szczecin 2007.
78. Zielińska H., *Kształcenie głosu*, Lublin 1999.



Anna Dziwińska jest terapeutą z dziedziny logopedii, surdologopedii, neurologopedii oraz emisji i higieny głosu. Prowadzi badania z zakresu podnoszenia kompetencji lingwistycznej i komunikacyjnej dzieci. Jest autorką skryptu z emisji głosu dla studentów.



Seweryn Cichoń jest wykładowcą Politechniki Częstochowskiej, Wyższej Szkoły Zarządzania w Częstochowie, Akademii Polonijnej w Częstochowie. Doktorant Politechniki Częstochowskiej, nauczyciel przedmiotów technicznych, ekonomicznych i zawodowych. Autor ponad 50 publikacji. Praca *Metodyka nauczania przedmiotów zawodowych-wybrane zagadnienia* jest opracowaniem, które skupia się na metodycznych aspektach kształcenia zawodowego na poziomie szkół średnich.