



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



**Człowiek – najlepsza inwestycja**

**Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego**





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



**Człowiek – najlepsza inwestycja**

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

## SZKOŁA JAKO ŚRODOWISKO PRACY NAUCZYCIELA

Materiały szkoleniowe wspierające realizację projektu  
*Program Praktyk Pedagogicznych podnoszący jakość  
kształcenia przyszłych nauczycieli*



PUBLIKACJA DYSTRYBUOWANA BEZPŁATNIE

**Materiały opracowane przez:**

**Instytut Nauk Społeczno-Ekonomicznych sp. z o.o.**

ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 17, lok. nr 4a, 90-248 Łódź

tel. (42) 633 17 19

fax. (42) 209 36 85

**ISBN 978-83-63163-64-8**

Wydawca:  
Wydawnictwo Naukowe WSKFiT  
05-800 Pruszków  
Tel. (22) 759 55 28  
[www.wskfit.pl](http://www.wskfit.pl)

Druk: SOWA – druk na życzenie  
[www.sowadruk.pl](http://www.sowadruk.pl) Tel. 22 431-81-40

## Spis treści

Spis treści .....	5
Wstęp .....	7
1. Zasady pracy z grupą na zajęciach warsztatowych.....	8
2. Metody pracy z grupą w czasie warsztatów .....	10
3. Wytyczne dla trenera, jak prowadzić warsztaty <i>Szkoła jako środowisko pracy nauczyciela</i> – propozycje ćwiczeń.....	12
3.1. Początek warsztatów .....	12
Ćwiczenie 1. Złap i powiedz imię.....	12
Ćwiczenie 2. Listonosz .....	13
3.2. Szkoła jako placówka oświatowa .....	14
Ćwiczenie 3. WOS, czyli wiedza o szkole .....	15
Ćwiczenie 4. Prawa i obowiązki .....	16
Ćwiczenie 5. Dokumenty szkolne.....	19
3.3. Wychowanie fizyczne jako zajęcia lekcyjne .....	21
3.3.1. Planowanie zajęć.....	21
Ćwiczenie 6. Oczekiwania uczniów kontra oferta szkoły .....	22
3.3.2. Prowadzenie zajęć z wychowania fizycznego .....	24
Ćwiczenie 7. Osobowość nauczyciela .....	24
Ćwiczenie 8. Głos jako narzędzie pracy .....	25
Ćwiczenie 9. Bezpieczne lekcje wychowania fizycznego .....	26
Ćwiczenie 10. Uczeń przewlekle chory .....	27
3.3.3. Dokumentowanie zajęć.....	28
Ćwiczenie 11. Plan metodyczny lekcji w ujęciu czynnościowym .....	28
Ćwiczenie 12. Arkusz monitorowania postępów ucznia .....	29
3.4. Sportowe zajęcia pozalekcyjne .....	30
Ćwiczenie 13. Autorski program zajęć pozalekcyjnych.....	31
3.5. Feminizacja zawodu nauczyciela i nierówne traktowanie ze względu na płeć.....	32
Ćwiczenie 14. Nierówne traktowanie ze względu na płeć .....	33

3.6. Współpraca nauczyciela wychowania fizycznego z innymi podmiotami	34
Ćwiczenie 15. Problem do rozwiązania.....	35
3.7. Zakończenie warsztatów .....	36
Zakończenie .....	36
Bibliografia .....	37
Załączniki.....	39

## Wstęp

Miło nam oddać w Państwa ręce materiały przygotowane z myślą o wsparciu projektu *Program Praktyk Pedagogicznych podnoszący jakość kształcenia przyszłych nauczycieli*, realizowanego dzięki współfinansowaniu ze środków Unii Europejskiej w ramach III Priorytetu *Wysoka jakość systemu oświaty*, Działania 3.3 *Poprawa jakości kształcenia*, Poddziałania 3.3.2 *Efektywny system kształcenia i doskonalenia nauczycieli – projekty konkursowe*.

Projekt ten realizowany jest na terenie województwa mazowieckiego przez Wyższą Szkołę Kultury Fizycznej i Turystyki im. Haliny Konopackiej w Pruszkowie – niepubliczną szkołę wyższą, działającą od 1999 roku. Placówka kształci najwyższej klasy specjalistów z zakresu sportu, wychowania fizycznego, turystyki aktywnej, a także rekreacji. Szkoła zapewnia sprawną realizację projektu *Program Praktyk Pedagogicznych podnoszący jakość kształcenia przyszłych nauczycieli*, co potwierdza jej bogate doświadczenie w realizowaniu przedsięwzięć współfinansowanych ze środków Unii Europejskiej. Projektodawca dysponuje zapleczem kadrowym i technicznym, które będzie gwarancją powodzenia projektu.

Głównym celem projektu *Program Praktyk Pedagogicznych podnoszący jakość kształcenia przyszłych nauczycieli* jest poszerzenie kompetencji u studentek oraz studentów wychowania fizycznego. W realizacji tego celu ma pomóc między innymi przeprowadzenie trzech bloków warsztatów. Niniejsze materiały dotyczą trzeciego z nich: *Szkoła jako środowisko pracy nauczyciela*. Uczestnikami warsztatów będą studenci wychowania fizycznego, którzy po ukończeniu studiów uzyskają uprawnienia, aby uczyć w szkole. Wszystko, co będzie omawiane i wykonywane w czasie warsztatów, ma na celu zapoznanie studentów z warsztatem pracy nauczyciela oraz przekazanie im pewnych podstaw do pracy w tym zawodzie. W czasie zajęć każdy z uczestników będzie mógł nabyć wiedzę oraz umiejętności niezbędne nauczycielowi do prowadzenia zajęć lekcyjnych. Należy jednak pamiętać o tym, że każdy nauczyciel doskonali swój warsztat pracy przez wiele lat, więc

samo, choćby najaktywniejsze, uczestnictwo w zajęciach nie zapewni studentowi pełnej wiedzy o tym, jak efektywnie prowadzić zajęcia i skutecznie pracować z uczniem. Warsztaty zasygnalizują jedynie, co w pracy nauczyciela jest ważne.

Materiały dydaktyczne zawierają wytyczne, według których powinno przebiegać szkolenie oraz propozycje konkretnych ćwiczeń do wykorzystania w czasie warsztatów. Zaproponowane metody pracy z grupą w czasie spotkania to: wykład połączony z prezentacją multimedialną, dyskusje, technika zwana „burzą mózgów” oraz ćwiczenia praktyczne, które uczestnicy wykonują indywidualnie lub w grupach. W czasie prowadzenia zajęć trener powinien wspomagać się materiałami szkoleniowymi, zawierającymi treści teoretyczne dotyczące tematyki poruszanej na warsztatach.

W szkoleniu warsztatowym powinna brać udział grupa 12–16 osób. Im mniej uczestników, tym więcej czasu trener będzie mógł poświęcić każdemu z nich oraz im mniej uczestników, tym większe szanse na wypowiedzenie się ma każdy z nich. Jednak faktyczna liczebność grupy może być uzależniona od różnych czynników, w tym również niezależnych od trenera. Mimo to trener nie powinien zgadzać się na pracę z grupą, której liczebność uważa za zbyt dużą. Trener powinien również pamiętać, że treści zawarte w materiałach dydaktycznych są tylko pewną propozycją poprowadzenia zajęć i można dokonywać zmian w zakresie układu treści oraz modyfikować ćwiczenia.

## 1. Zasady pracy z grupą na zajęciach warsztatowych

Warsztat jest taką formą szkolenia, w której przekazywaniu wiedzy teoretycznej towarzyszy praktyczne ćwiczenie umiejętności z zakresu omawianej tematyki. Istotą zajęć warsztatowych jest interakcja zachodząca pomiędzy osobami biorącymi udział w szkoleniu. W szkoleniu biorą udział osoby chcące zwiększyć poprzez udział w zajęciach swoje kompetencje w dziedzinie, której ono dotyczy, oraz trener – osoba prowadząca zajęcia i kontrolująca ich przebieg. Aby warsztaty



spełniły swoje zadanie, od uczestników wymagane jest zaangażowanie i aktywność, np. udział w dyskusji, odgrywanie scenek itd. Trener (oprócz sprawowania pieczy nad całością spotkania) nakreśla ramy, w których ono przebiega i przekazuje treści teoretyczne stanowiące podstawę proponowanych ćwiczeń.

Za przebieg spotkania odpowiedzialny jest nie tylko trener, ale również pozostali uczestnicy, którzy poprzez swoją pracę wzajemnie na siebie oddziałują. Dlatego trener musi dbać o to, aby wszyscy angażowali się w pracę i aktywnie uczestniczyli w spotkaniu. Trener musi zwrócić szczególną uwagę na osoby mniej aktywne, unikające udziału w dyskusjach oraz biernie oddające „pałeczkę” innym osobom w czasie ćwiczeń w grupach. Zadaniem trenera jest uważne obserwowanie grupy, ocena poziomu aktywności wszystkich uczestników oraz motywowanie do pracy, np. poprzez zachęcanie do udzielania wypowiedzi. Technika pomagającą zwiększać poziom aktywności uczestników, jest podsumowywanie ćwiczeń. Każdy uczestnik powinien wypowiedzieć się na temat ćwiczenia, które przed chwilą się zakończyło, np. czego się nauczył poprzez ćwiczenie lub czy umiejętności zdobyte w czasie ćwiczenia przydadzą mu się w życiu codziennym.

Pracując z grupą w czasie zajęć warsztatowych, trener powinien pamiętać o kilku podstawowych zasadach:

- Jeśli uczestnik z jakiegoś powodu nie chce uczestniczyć w ćwiczeniu, ma do tego prawo. Trener powinien uszanować jego decyzję i nie dopytywać się o powody odmowy, a tym bardziej nie wolno mu komentować decyzji uczestnika. Może jedynie, jeżeli uzna, że powodem odmowy jest nieśmiałość uczestnika lub niski poziom motywacji do działania, spróbować delikatnie zachęcić osobę do uczestnictwa w ćwiczeniu;
- Trener powinien komunikować się z uczestnikami w sposób bezpośredni, to znaczy wszystkie swoje wypowiedzi powinien kierować do określonej osoby;

- Trener musi pamiętać, że ważne jest tylko to, co dzieje się w czasie warsztatu, czyli tu i teraz. W swoich wypowiedziach nie powinien odwoływać się do zachowań, które miały miejsce w przeszłości;
- Ważnym elementem warsztatów jest kontrakt, który trener na początku zajęć ustala wraz z innymi uczestnikami spotkania. Kontrakt to spis zasad, według których będzie przebiegało spotkanie. Powinien on zostać zaakceptowany przez wszystkich uczestników spotkania i wywieszony w widocznym miejscu. W czasie spotkania kontrakt może ulegać zmianie, np. poprzez dopisywanie nowych zasad;
- Trener musi być dobrze przygotowany do zajęć zarówno pod względem merytorycznym, jak i organizacyjnym. Trener nie tylko musi mieć wiedzę teoretyczną odnośnie tematyki zajęć, ale również musi wiedzieć, w jaki sposób ją przekazać: kiedy, w jakiej formie, z wykorzystaniem jakich dodatkowych narzędzi;
- Od trenera wymagane jest pełne zaangażowanie w czasie zajęć. Trener nie tylko powinien być uważnym obserwatorem grupy, ale również włączać się w jej działania zawsze, kiedy jest to możliwe;
- Trener dla pozostałych uczestników musi być osobą godną zaufania. Nie może osądzać ani krytykować ich zachowań i wypowiedzi. Uczestnicy w czasie zajęć muszą czuć się pewnie i bezpiecznie.

Przestrzeganie w czasie prowadzenia warsztatów wyżej wymienionych zasad stwarza szansę, że uczestnicy spotkania w sposób efektywny skorzystają z zaprezentowanych w nim treści.

## 2. Metody pracy z grupą w czasie warsztatów

**Trener w celu przekazania uczestnikom wiedzy teoretycznej i praktycznej z zakresu tematyki, której dotyczą warsztaty, może posłużyć się różnymi metodami. Do metod stosowanych w czasie zajęć warsztatowych**

należą między innymi: wykład, prezentacje multimedialne, pogadanki i dyskusje, „burza mózgów” oraz ćwiczenia praktyczne w postaci pracy indywidualnej lub grupowej, odgrywanie scenek;

Wszystkie zastosowane w czasie zajęć metody powinny mieć ściśle określony cel. Cel ten powinien być znany przede wszystkim trenerowi, który zapoznaje z nim grupę. Jednak nie zawsze trener powinien informować uczestników o celu ćwiczenia (uwaga ta dotyczy przede wszystkim ćwiczeń o charakterze praktycznym), ponieważ w niektórych sytuacjach znajomość celu przez uczestników spotkania może sprawić, że ćwiczenie nie spełni swojej roli.

Natomiast każde ćwiczenie, bez względu na rodzaj zastosowanej metody, wymaga podania instrukcji w sposób jasny i zrozumiały dla wszystkich uczestników. Brak wiedzy, co należy robić, sprawi, że niektórzy z uczestników „wylącają się” z zajęć lub będą przez cały czas trwania ćwiczenia zastanawiać się, o co w nim chodzi i czego od nich się oczekuje. Dlatego po podaniu (odczytaniu) instrukcji warto upewnić się, że wszyscy ją zrozumieli.

Ważny jest również sposób zakończenia ćwiczenia. Każde ćwiczenie, czy to będzie wykład, czy ćwiczenie praktyczne wykonywane indywidualnie, wymaga omówienia i podsumowania. Jest to czas, kiedy trener może się upewnić, czy ćwiczenie spełniło swoje zadanie. W czasie omawiania uczestnicy mogą zadawać pytania i dzielić się swoimi wątpliwościami. Podsumowanie ćwiczenia lub grupy ćwiczeń, np. dotyczących jednego zagadnienia, pozwoli na usystematyzowanie przekazywanej wiedzy.

Ponieważ to trener decyduje o sposobie prowadzenia warsztatów, może sam dokonać wyboru metod, za pomocą których chce pracować z grupą. Zaproponowane trenerowi metody pracy nie są czymś stałym – trener może zatem zamienić jedną metodę na inną, np. wykład na dyskusję, zrezygnować z podanego ćwiczenia lub zaproponować własne. Najważniejsze, aby zastosowane przez trenera ćwiczenia pozwoliły na realizację ogólnego celu szkolenia.

### 3. Wytyczne dla trenera, jak prowadzić warsztaty *Szkoła jako środowisko pracy nauczyciela* – propozycje ćwiczeń

#### 3.1. Początek warsztatów

Rozpoczynając pracę z nową grupą, trener musi zadbać o integrację uczestników między sobą oraz integrację między nim a grupą. Lepsze poznanie się uczestników spotkania, wliczając w to również trenera, pozwoli na stworzenie przyjaznej atmosfery. Atmosfera panująca na warsztatach jest niezwykle ważnym czynnikiem, ponieważ to ona decyduje o przebiegu całego spotkania. Brak poczucia bezpieczeństwa i pewności ze strony uczestników sprawi, że będą oni mało aktywni, nie będą potrafili otworzyć się i rzeczywiście zaangażować się w przebieg zajęć. Dlatego pierwszym punktem warsztatów jest zaproponowanie uczestnikom ćwiczeń o charakterze integracyjnym, które mają za zadanie „przełamać lody”, ośmielić uczestników do wzajemnych kontaktów oraz podnieść poziom energetyczny całej grupy. Ćwiczenia te są wskazane również w przypadku, kiedy uczestnicy spotkania dobrze się znają, ponieważ teraz spotykają się oni w innej, zupełnie nowej sytuacji.

##### **Ćwiczenie 1. Złap i powiedz imię**

**Cel:** Przełamanie lodów, poznanie imion wszystkich uczestników.

**Czas:** 5–10 min.

**Materiały:** Jedna piłka.

**Przebieg:** Uczestnicy oraz trener siadają w kręgu. Piłka, zaczynając od trenera, przekazywana jest po kolei wszystkim uczestnikom. Każda osoba, która trzyma piłkę, mówi głośno i wyraźnie swoje imię. Zadaniem uczestników oraz trenera jest zapamiętanie wszystkich imion. Kiedy wszyscy się już przedstawiają piłka wraca do trenera, który rzuca ją w kierunku innej osoby. Osoba, która złapie

piłkę, musi powiedzieć imię osoby rzucającej – w tym przypadku trenera. Kolejno piłka jest rzuca do innych osób z kręgu. Każdy, kto złapie piłkę, musi powiedzieć imię osoby rzucającej. Jeśli ktoś nie pamięta czyjegoś imienia, po złapaniu piłki pyta o nie i powtarza je kilkakrotnie, zanim rzuci piłkę dalej. Gra trwa tak długo, dopóki wszyscy nie zapamiętają swoich imion.

**Sugestie do omówienia:** Czas trwania ćwiczenia jest uzależniony od stopnia znajomości grupy. Jeśli uczestnicy spotkania znają się dobrze, przedstawienie się będzie dla nich tylko formalnością. Ćwiczenie to ma natomiast dużą wartość dla trenera, który dopiero teraz ma okazję poznać uczestników grupy. Może zdarzyć się tak, że to głównie on będzie musiał nauczyć się imion uczestników warsztatów i wtedy piłka jak najczęściej powinna być „adresowana” do niego.

#### **Ćwiczenie 2. Listonosz**

**Cel:** Integracja, podniesienie poziomu energii grupy.

**Czas:** 10 min.

**Materiały:** Kartki i mazaki.

**Przebieg:** Uczestnicy spośród całej grupy wybierają dwie osoby, które będą odgrywały rolę listonoszy. Pozostali uczestnicy dzielą się na dwie lub trzy grupy i przyjmują nazwy miast. Przy podziale na grupy należy zwrócić uwagę, aby imiona uczestników w jednej grupie się nie powtarzały. Kiedy każdy uczestnik wie, w której jest grupie, na kartce papieru pisze swoje imię i nazwę miasta, którego nazwę nosi jego grupa. Osoby będące listonoszami losują jednakową liczbę przygotowanych w ten sposób kartek. Następnie grupy ustawiają się w różnych częściach sali, a listonosze starają się zapamiętać, gdzie znajduje się jakie miasto. Listonosze pracują na poczcie, która leży pośrodku sali. Ich zadaniem jest dostarczenie w jak najkrótszym czasie kartek do właściwych adresatów. Listonosz nie może wręczyć kartki osobie, jeżeli na kartce nie znajduje się jej imię oraz nazwa miasta-grupy, do której osoba należy. Wygrywa ten listonosz, który najszybciej i prawidłowo dostarczy pocztę. Trener może ufundować jakąś nagrodę dla zwycięskiego listonosza.

**Sugestie do omówienia:** Trener po zakończeniu ćwiczenia pyta grupę o wrażenia związane z ćwiczeniem. Pytanie to kieruje przede wszystkim do osób występujących w roli listonosza.

### 3.2. Szkoła jako placówka oświatowa

Ten moduł ma za zadanie przybliżyć uczestnikom szkolenia funkcjonowanie dzisiejszego systemu oświaty. Trener, prowadząc zajęcia, dowie się, co uczestnicy rozumieją pod pojęciem szkoły, jakie znają typy szkół, czy wiedzą, jakie akty prawne regulują pracę szkoły i nauczyciela oraz z jakimi dokumentami wewnątrzszkolnymi każdy nauczyciel rozpoczynający pracę w szkole powinien się zapoznać. Po zakończeniu bloku uczestnik powinien umieć:

- Podać definicję szkoły (własną) oraz wymienić jej typy i krótko je scharakteryzować;
- Wymienić akty prawne regulujące pracę szkoły i nauczyciela;
- Podać główne obowiązki oraz prawa nauczyciela;
- Wiedzieć, z jakimi dokumentami wewnętrznymi regulującymi pracę szkoły nauczyciel powinien się zapoznać przed przystąpieniem do pracy.

Ponieważ szkoła jest miejscem pracy każdego nauczyciela, ważne, aby osoba pracująca na tym stanowisku rozumiała to pojęcie. Sposób, w jaki nauczyciel postrzega „szkołę”, determinuje jego funkcjonowanie w niej. Im bardziej rozbudowana definicja, tym lepsze i głębsze jest rozumienie ze strony nauczyciela zadań, jakie ma on do spełnienia. Niektórzy, definiując szkołę, mogą skupiać się jedynie na jej zadaniach edukacyjnych, pomijając zupełnie aspekt wychowawczy i opiekuńczy. Oznacza to, że nauczyciel nie będzie w pełni realizował zobowiązań wynikających z zajmowanego stanowiska.

Nauczyciel, oprócz wiedzy, czym jest szkoła, powinien również znać jej typy i wiedzieć, jakie zadania pełni dany typ szkoły oraz w jakim przedziale

wiekowym są uczniowie. Wiedza na ten temat pozwoli nauczycielowi na określenie, w którym typie szkół chciałby podjąć pracę.

**Ćwiczenie 3. WOS, czyli wiedza o szkole**

**Cel:** Zdefiniowanie pojęcia szkoły, poznanie funkcjonujących obecnie w Polsce typów szkół i rozmieszczenie ich w określonych przedziałach czasowych.

**Czas:** 25 min.

**Materiały:** Długopisy lub ołówki, czyste kartki papieru, tablica.

**Przebieg:** Ćwiczenie to powinno mieć charakter indywidualnej pracy każdego uczestnika. Nie ma jednak przeciwwskazań, aby uczestnicy pracowali parami. Każdy uczestnik dostaje długopis (ołówek) i czystą kartkę papieru. Zadaniem uczestników jest napisanie własnej definicji słowa „szkoła”. Trener nie powinien sugerować, co powinno znaleźć się w definicji (np. w pojęciu nie chodzi o szkołę jako budynek), powinien natomiast wyjaśnić, że nie chodzi tutaj o definicję książkową, a jedynie o opisanie przy użyciu własnych słów, jak uczestnik rozumie to pojęcie.

Drugim elementem ćwiczenia jest wypisanie wszystkich znanych uczestnikom typów szkół najlepiej w porządku chronologicznym – zaczynając od szkoły podstawowej, a na szkołach wyższych kończąc, a także dokonanie ich krótkiej charakterystyki. Charakterystyka powinna zawierać przede wszystkim wiek dzieci i młodzieży uczących się w danym typie szkoły.

Po zakończeniu pracy indywidualnej lub w parach każdy odczytuje propozycje własnej definicji pojęcia szkoła. Trener wraz z innymi uczestnikami uważnie słucha definicji i wszyscy wspólnie wybierają najlepszą, najpełniejszą z nich. Trener może zacytować definicję szkoły Wincentego Okonia zawartą w materiałach szkoleniowych i porównać ją z definicją zaproponowaną przez uczestników.

Następnie trener przechodzi do weryfikacji drugiego elementu ćwiczenia – typów szkół. Uczestnicy podają wymienione przez siebie typy szkół z

zachowaniem odpowiedniego porządku, a trener zapisuje je na tablicy, tworząc wykres (propozycja wykresu znajduje się w materiałach szkoleniowych). Trener przy wsparciu uczestników dokonuje krótkiego omówienia każdego typu szkoły.

**Sugestie do omówienia:** Po zakończeniu ćwiczenia trener zachęca uczestników do dyskusji na następujące tematy:

- Czy znajomość definicji pojęcia szkoła jest potrzebna w zawodzie nauczyciela, czy pomaga to nakreślić ramy pracy na tym stanowisku (zadania, obowiązki)?
- W którym typie szkół uczestnicy chcieliby w przyszłości pracować, czy ma dla nich znaczenie, czy będą uczyć w szkole podstawowej, gimnazjum czy szkole średniej? Trener powinien podkreślić, że w klasach I–III szkoły podstawowej zajęcia z wychowania fizycznego prowadzone są przez nauczyciela wychowania wczesnoszkolnego w ramach kształcenia zintegrowanego.

Kolejnym etapem sprawdzenia wiedzy uczestników o szkole, a ściślej mówiąc o zawodzie nauczyciela, jest poznanie wiedzy uczestników na temat praw i obowiązków nauczyciela. To, jakie prawa i obowiązki ma nauczyciel, regulują akty prawne oraz dokumenty wewnątrzszkolne. Zanim jednak trener przystąpi do ich omawiania, sprawdzi wiedzę uczestników wynikającą z ich doświadczeń i przemyśleń. Być może w definicjach tworzonych przez uczestników we wcześniejszym ćwiczeniu pojawiły się już jakieś wskazówki dotyczące obowiązków nauczyciela – warto, aby trener zwrócił na to uwagę.

#### **Ćwiczenie 4. Prawa i obowiązki**

**Cel:** Sprawdzenie wiedzy posiadanej przez uczestników na temat praw i obowiązków posiadanych przez nauczycieli.

**Czas:** 15 min.

**Materiały:** Czyste kartki formatu A4, długopisy (mazaki).

**Przebieg:** Uczestnicy dzielą się na grupy po 2–4 osoby. Każda grupa dostaje kartkę i długopis. Kartkę uczestnicy dzielą na połowę, rysując pionową kreskę. Po



jednej stronie wypisują obowiązki nauczyciela (np. ciągle dokształcanie się, podnoszenie kwalifikacji), po drugiej prawa bądź przywileje, jakie są gwarantowane na stanowisku nauczyciela (np. wybór podręczników, wzrost wynagrodzenia wraz z awansem zawodowym). Po 10 minutach grupy odczytują swoje propozycje, a trener zapisuje je (np. hasłowo) na tablicy.

**Sugestie do omówienia:** W celu podsumowania obowiązków nauczyciela i praw, które mu przysługują, trener odczytuje to, co zostało zapisane na tablicy. Jeśli uważa, że grupa pominęła jakiś istotny element, omawia go i zapisuje na tablicy (np. obowiązek brania udziału w radzie pedagogicznej). Prosi również grupę o przyjrzenie się zapisanym prawom i obowiązkom – być może któremś z uczestników przyjdzie do głowy nowy zapis, który można umieścić wśród praw lub obowiązków. Trener może porozmawiać również z grupą na temat konsekwencji, jakie pociąga za sobą niezajomość praw i obowiązków wynikających z pracy w zawodzie nauczyciela.

Kiedy trener uzna, że lista istotnych do omówienia praw i obowiązków nauczyciela została wyczerpana, zadaje uczestnikom pytanie, czy wiedzą, gdzie można znaleźć dotyczące ich zapisy. Uczestnicy mogą wymienić dokumenty powszechnie obowiązujące, np. Karta Nauczyciela, jak i dokumenty tworzone na użytek konkretnej szkoły, np. regulamin szkoły.

Znajomość zarówno jednych, jak i drugich jest podstawą pracy nauczyciela i bez niej nauczyciel nie powinien przystępować do wykonywania zawodu. Dlatego należy zapoznać uczestników z zapisami znajdującymi się w aktach prawnych, dotyczącymi obowiązków i praw zarówno szkoły, jak i nauczyciela, a także praw uczniów, ponieważ nauczyciel poprzez swoją działalność nie może ich łamać.

Zaprezentowanie uczestnikom warsztatów treści pochodzących z takich aktów prawnych jak: Ustawa z dnia 7 września 1991 roku o Systemie Oświaty (Dz. U. z 2004 r. Nr 173, poz. 1808) czy Ustawa z dnia 26 stycznia 1982 roku Karta Nauczyciela (Dz. U. z 2006 r. Nr 97, poz. 674, z późn. zm.) powinno odbyć się

w postaci wykładu wspomaganego przez prezentację multimedialną. Trener na kolejnych slajdach powinien zamieścić istotne artykuły pochodzące z ustaw i odnoszące się do pracy nauczyciela. Układ slajdów może być wyznaczony przez kolejność artykułów w ustawach lub tematykę, o której mówią artykuły. Trener może odwołać się również do materiałów szkoleniowych i zaproponować taki sam układ treści pochodzącej z aktów prawnych. Przy omawianiu awansu zawodowego nauczycieli trener powinien sięgnąć też do rozporządzenia z dnia 01.12.2004 roku w sprawie uzyskiwania stopni awansu zawodowego przez nauczycieli (Dz. U. Nr 260, poz. 2593, z późn. zm.).

Treści zapisane w ustawach i rozporządzeniu bardziej wymagają zacytowania, czyli przedstawienia ich w takiej formie, jakiej zostały zapisane, aniżeli próby parafrazowania, ponieważ trener nie może pozwolić sobie na własną interpretację przepisów prawnych. Dobrze, jeżeli trener oprócz slajdów z wybranymi treściami, zaopatrzy się również w kompletne w treść ustawy w formie papierowej, by móc się do nich odwoływać w czasie dyskusji, która może się rozwinąć w czasie wykładu. Uczestnicy mogą być szczególnie zainteresowani jakimś problemem, a trudno jest całą tematykę poruszaną w ustawach przenieść na slajdy. Jeśli trener uzna za stosowne, może również rozdać uczestnikom kopie ustaw lub podać adresy stron internetowych, z których można pobrać dane ustawy: [www.oficynamm.pl/file\\_a/1212156390.doc](http://www.oficynamm.pl/file_a/1212156390.doc) – Ustawa o Systemie Oświaty, [www.prawo.vulcan.edu.pl/przegdok.asp?qdatprz=akt&qplikid=2](http://www.prawo.vulcan.edu.pl/przegdok.asp?qdatprz=akt&qplikid=2) – Karta Nauczyciela, [www.awans.net/strony/rozporzadzenie\\_2004.html](http://www.awans.net/strony/rozporzadzenie_2004.html) – rozporządzenia w sprawie uzyskiwania stopni awansu zawodowego przez nauczycieli (oczywiście są to tylko przykłady stron, na których zostały zamieszczone jednolite teksty aktów prawnych). Aby uaktywnić uczestników w czasie prezentacji, trener może jeszcze przed wykładem rozdać im kopie ustaw. Dzięki temu uczestnicy będą mogli samodzielnie odwoływać się do konkretnych zapisów.

**Uwaga:** czas poświęcony na prezentację i dyskusję nie powinien być dłuższy niż 90 minut, czyli czas, który jest standardowo przeznaczony na wykłady na uczelni.

Trener powinien zwrócić uwagę uczestników na to, że istnieje szereg rozporządzeń regulujących pracę szkoły, a co za tym idzie i nauczyciela, np. rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23.12.2008 roku w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół, ale nie sposób jest ich wszystkich omówić. Podlegają one różnym zmianom i aktualizacjom, są tworzone nowe akty prawne, a stare tracą swą moc.

#### **Ćwiczenie 5. Dokumenty szkolne**

**Cel:** Zwrócenie uwagi uczestników na dokumenty regulujące pracę szkoły, w tym również nauczyciela, które są tworzone na indywidualny użytek każdej szkoły oraz na to, jaki rodzaj treści mogą one zawierać.

**Czas:** 30 min.

**Materiały:** Tablica lub duże arkusze kartonu, flamaster.

**Przebieg:** W tym ćwiczeniu wszyscy uczestnicy szkolenia pracują wspólnie. Stosując technikę „burza mózgów”, podają dokumenty stworzone na potrzeby danej szkoły i określające zasady jej pracy – nauczycieli, uczniów, dyrektora oraz innych podmiotów np. biblioteki szkolnej. Trener, zachęcając uczestników do podawania propozycji, może podać przykład regulaminu szkoły, ponieważ regulamin jest dokumentem powszechnie kojarzonym i funkcjonującym w każdym innym miejscu pracy (zakład produkcyjny, urzędy, banki itd.). Wśród wymienionych dokumentów oprócz regulaminu pracy powinny się znaleźć:

- status szkoły,
- plan rozwoju szkoły,
- szkolny program wychowawczy,
- szkolny program profilaktyczny,
- wewnętrzny system oceniania.

Dla uczestników spotkania wymienione wyżej dokumenty mogą być nieznane, ale mimo to trener powinien ich zachęcić do wspólnego ich omawiania. Na przykład nazwa dokumentu „plan rozwoju szkoły” sama sugeruje, czego dokument dotyczy.

Trener przy mniejszym lub większym udziale uczestników powinien omówić każdy dokument i poprosić uczestników o wskazanie korzyści, jakie płyną z posiadania przez szkołę danego dokumentu (np. przejrzystość zadań do wykonania dla konkretnych pracowników szkoły lub jakie fundusze szkoła może przeznaczyć na wyposażenie sali do nauki języka obcego).

**Sugestie do omówienia:** Ponieważ całe ćwiczenie było formą dyskusji, na koniec większą aktywność może wykazać trener i w formie podsumowania omówić krótko dokumenty wewnątrzszkolne regulujące pracę szkoły i nauczyciela. Trener może również, jeśli taka kwestia nie została w czasie dyskusji poruszona, zadać pytanie, czy uczestnicy uważają, że zapoznanie się z dokumentami obowiązującymi na terenie szkoły ułatwi im, przynajmniej na początku, pracę w szkole. Jeśli tak to, w jakim zakresie, jeśli nie, to dlaczego.

Zakończenie modułu „Szkoła jako placówka oświatowa” wymaga krótkiego podsumowania zarówno omawianych treści, jak i tego, co działo się na zajęciach. Wobec tego trener może:

- Przypomnieć wybraną na początku przez całą grupę definicję najtrafniej opisującą pojęcie „szkoła”;
- Zaprezentować wykres z typami szkół;
- W 2–3 zdaniach omówić obowiązki i prawa nauczycieli;
- Przypomnieć, do jakich aktów prawnych i dokumentów wewnątrzszkolnych powinien sięgnąć nauczyciel i dlaczego powinien to zrobić.

### 3.3. Wychowanie fizyczne jako zajęcia lekcyjne

Ten moduł warsztatów będzie poświęcony planowaniu, prowadzeniu i dokumentowaniu zajęć wychowania fizycznego. Zanim trener przejdzie do ćwiczeń praktycznych, zaproponuje grupie dyskusję na temat:

- Jak, w odniesieniu do własnych doświadczeń uczestników, wyglądały lekcje WF w szkole w czasach, kiedy sami byli uczniami?
- Jak dużo uczniów nie ćwiczy na lekcjach WF?
- Jakie są przyczyny niebrania udziału w lekcjach WF przez uczniów?
- W jaki sposób uczniowie zwalniają się z zajęć?
- Jakie są powody dla których warto, aby uczniowie ćwiczyli?
- Co można zrobić, aby zachęcić uczniów do ćwiczenia na zajęciach?
- Jaka rolę odgrywa w zachęcaniu uczniów do ćwiczeń czynność planowania zajęć oraz ich prowadzenie?

#### 3.3.1. Planowanie zajęć

Trener prosi uczestników o wyjaśnienie, na czym polega czynność planowania, jakie elementy się na nią składają:

- ustalenie celu;
- wybór działań prowadzących do celu;
- analiza dostępnych środków i zastanych warunków do działania;
- przewidywanie konsekwencji podjętych decyzji.

Trener prosi także o objaśnienie elementów na konkretnych przykładach.

Oczywiście elementy procesu planowania przedstawione wyżej są tylko przykładem. Uczestnicy spotkania mogą podać inne, ale trener powinien dążyć do uzyskania następującego schematu procesu planowania:

cel → działanie → środki → konsekwencje

Kiedy już wiadomo, czym jest planowanie, trener prosi uczestników, aby, stosując technikę „burzy mózgów”, podali ważne elementy przy planowaniu zajęć lekcyjnych z wychowania fizycznego. Propozycje uczestników zapisuje na tablicy. Dobrze, jeśli wśród propozycji uczestników znajdują się takie elementy jak:

- Podstawa programowa, czyli jaki zakres wiedzy i umiejętności na danym etapie kształcenia powinien zostać przez ucznia przyswojony;
- Warunki lokalowe, jakie oferuje szkoła;
- Wyposażenie i sprzęt sportowy znajdujący się w szkole;
- Oczekiwania uczniów co do lekcji WF;
- Możliwości psychofizyczne uczniów;
- Relacje w grupie uczniów;
- Różnorodność zajęć wychowania fizycznego.

Kiedy wyżej wymienione oraz inne elementy znajdują się na tablicy i grupa nie ma już więcej propozycji, trener przy aktywnym udziale uczestników omawia kolejne elementy, wyjaśniając, dlaczego są one istotne w procesie planowania lekcji wychowania fizycznego. Następnie proponuje uczestnikom ćwiczenie praktyczne z zaplanowania zajęć lekcyjnych.

#### **Ćwiczenie 6. Oczekiwania uczniów kontra oferta szkoły**

**Cel:** Nauka planowania zajęć lekcyjnych z wychowania fizycznego przy uwzględnieniu oczekiwań uczniów, różnorodności zajęć oraz warunków lokalowych, wyposażenia i sprzętu, ćwiczenie kreatywnego podejścia w planowaniu.

**Czas:** 30 min.

**Materiały:** Długopisy, trzy zestawy opisujące warunki lokalowe i sprzęt, który oferuje szkoła (załącznik nr 1) oraz tabela do uzupełnienia (załącznik nr 2).

**Przebieg:** Trener dzieli uczniów na dwie równe grupy (grupa A i B). Każda z nich pełni zarówno rolę uczniów, jak i nauczyciela wychowania fizycznego, który musi zaplanować tematykę zajęć na kilka godzin lekcyjnych (5–8 zajęć) mających miejsce na początku roku szkolnego. **Uwaga:** termin zajęć – początek roku

szkolnego – jest istotnym elementem ćwiczenia, ponieważ może zasugerować uczestnikom, że niektóre zajęcia mogą być realizowane na zewnątrz. Najpierw grupa A wciela się w rolę uczniów i podaje grupie B pełniącej w tym momencie rolę nauczyciela swoje oczekiwania co do lekcji WF. Następnie dochodzi do zamiany ról: grupa B to uczniowie, grupa A – nauczyciel. Grupy podają również, jaką płęć i klasę reprezentują, np. grupa chłopców z VI klasy szkoły podstawowej. Poznanie oczekiwań uczniów powinno przebiegać w sposób jak najbardziej zbliżony do naturalnego, czyli członkowie grupy wcześniej nie ustalają swoich oczekiwań, każdy wypowiada się na ich temat w sposób indywidualny w czasie rozmowy prowadzonej przez nauczyciela. Grupa pełniąca rolę nauczyciela zapisuje propozycje grupy uczniów, by je uwzględnić w procesie planowania. Następnie grupy losują zestaw określający warunki lokalowe oraz sprzęt sportowy oferowany przez szkołę. Kiedy każda z grup zna oczekiwania uczniów (np. dużo gry w piłkę koszykową, ćwiczenia modelujące sylwetkę) oraz ofertę szkoły przystępuje do planowania zajęć, korzystając z załącznika nr 2. Oprócz tematyki zajęć grupy muszą podać, w jakich warunkach (sala gimnastyczna, boisko itd.) odbędą się zajęcia oraz jaki sprzęt zostanie wykorzystany w czasie ich realizacji. W pozycji „Wyjaśnienie” grupy zapisują, dlaczego zdecydowały się na ten rodzaj zajęć. Po uzupełnieniu tabeli jedna osoba z grupy odczytuje propozycje, trener może dopytywać się o szczegóły, jeżeli uzna, że coś nie jest jasne. Grupa, która odgrywała rolę uczniów, ocenia propozycję zajęć pod względem uwzględnienia jej oczekiwań oraz atrakcyjności zajęć.

**Sugestie do omówienia:** Tematyka, którą może poruszyć trener w czasie omówienia ćwiczenia:

- Czy znajomość oczekiwań uczniów pomaga czy przeszkadza w procesie planowania zajęć;
- Czy oferta lokalowa i sprzętowa szkoły istotnie wpływała na dobór ćwiczeń;

- Co według uczestników jest największym utrudnieniem w czasie planowania zajęć lekcyjnych.

Po zakończeniu części modułu dotyczącej planowania zajęć uczestnicy powinni potrafić:

- Powiedzieć, na czym polega proces planowania, jakie elementy powinny być w nim uwzględnione;
- Wymienić czynniki istotne przy planowaniu zajęć lekcyjnych wychowania fizycznego oraz krótko je omówić.

### 3.3.2. Prowadzenie zajęć z wychowania fizycznego

Kiedy proces planowania zajęć nauczyciel ma już za sobą, powinien przystąpić do wcielenia tego planu w życie, czyli poprowadzić zajęcia zgodnie z tym, co zaplanował. I tak samo jak przy planowaniu, również przy prowadzeniu zajęć ważnych jest kilka czynników, aby wiedza została przekazana uczniom w jak najbardziej efektywny sposób. Trener może zwrócić uwagę uczestników również na problem uczniów z chorobami przewlekłymi, którzy mimo tych chorób ćwiczą na lekcjach WF. Po wymienieniu czynników wraz z wyjaśnieniem, dlaczego są istotne w prowadzeniu zajęć, trener przechodzi do ćwiczeń praktycznych.

#### Ćwiczenie 7. Osobowość nauczyciela

**Cel:** Wskazanie cech osobowości, które są najbardziej pożądane w zawodzie nauczyciela, uświadomienie uczestnikom potrzeby ich występowania.

**Czas:** 15 min.

**Materialy:** Kartki, długopisy, tablica do zapisywania propozycji.

**Przebieg:** Uczestnicy dzielą się na 3 lub 4 grupy. Każda grupa zastanawia się, jakie cechy osobowości powinien posiadać nauczyciel, aby jak najefektywniej wykonywać swój zawód. Propozycje grupa zapisuje na kartce. Następnie trener prosi każdą grupę o podawanie po jednym przykładzie cechy osobowości, która została uznana za istotną w zawodzie nauczyciela. Podanie cechy wymaga wyjaśnienia, dlaczego jest ona ważna i w jakich sytuacjach jest najbardziej pożądana (np. cecha – poczucie humoru, sytuacja – obecność w klasie uczniów, którzy chętnie robią nauczycielowi różne żarty, dowcipy; umiejętne reagowanie na



nie sprawi, że nauczyciel zaskarbi sobie sympatię uczniów, a być może i szacunek). Warto także wspólnie z uczestnikami zastanowić się, w jakich sytuacjach dana cecha, uznana za pożądaną, może okazać się wadą (np. poczucie humoru, wykazane w nieodpowiednim momencie, może utrudnić nauczycielowi empatyczne podejście do poważnego problemu ucznia, ten może mieć wrażenie, że poprzez żarty wychowawca trywializuje jego dylematy).

**Sugestie do omówienia:** Samo wypisanie cech osobowości poświadczonych w zawodzie nauczyciela jeszcze nic nie oznacza. Mają one dopiero znaczenie, gdy osoba zatrudniona na stanowisku nauczyciela je posiada. Trener może dokonać z uczestnikami wartościowania cech (które są naprawdę niezbędne, a które wskazane) oraz stworzyć propozycje, co można zrobić, aby je w sobie rozwijać i doskonalić.

#### **Ćwiczenie 8. Głos jako narzędzie pracy**

**Cel:** Doskonalenie emisji głosu, który stanowi podstawowe narzędzie pracy nauczyciela.

**Czas:** 30 min.

**Materiały:** Dla trenera załącznik nr 4 zawierający ćwiczenia z emisji głosu oraz zalecenia prawidłowej postawy ciała.

**Przebieg:** Uczestnicy rozpraszają się po całej sali tak, aby mieli wokół siebie wolne miejsce. Każdy uczestnik zabiera ze sobą swoje krzesło. Pierwszym etapem tego ćwiczenia jest przybranie przez uczestników prawidłowej postawy ciała w czasie siedzenia oraz w czasie stania, zgodnie z zaleceniami trenera. Po każdym zaleceniu trener robi kilka sekund przerwy tak, aby uczestnik miał szansę na wsłuchanie się w swoje ciało oraz zauważenie zachodzących w nim zmian. Prawidłowa postawa ciała ułatwia oddychanie, które istotnie wpływa na emisję głosu. W drugim etapie uczestnicy wykonują ćwiczenia oddechowe oraz z użyciem głosu. Po wyczerpaniu wszystkich propozycji ćwiczeń przedstawionych przez trenera uczestnicy mogą podać swoje ćwiczenia, które grupa może wykonać.

**Sugestie do omówienia:** Tematy do poruszenia przez trenera:

- Co czuli uczestnicy, jakie zmiany w swoim ciele zaobserwowali w czasie przybierania właściwych pozycji ciała?
- Czy uczestnicy uważają, że zaproponowane ćwiczenia z emisji głosu ułatwią im pracę głosem?
- Co nauczyciel powinien robić, aby chronić swój głos?

#### **Ćwiczenie 9. Bezpieczne lekcje wychowania fizycznego**

**Cel:** Uświadomienie najczęstszych przyczyn wypadków w czasie zajęć wychowania fizycznego oraz poznanie metody za pomocą, której można im przeciwdziałać.

**Czas:** 30 min.

**Materialy:** Tablica, kartki i długopisy.

**Przebieg:** W pierwszym etapie ćwiczenia uczestnicy na zasadzie „burzy mózgów” podają przyczyny, z powodu których najczęściej dochodzi do wypadków w czasie zajęć z wychowania fizycznego. Zastanawiają się również, co można zrobić, aby zapobiegać przykrym zdarzeniom. W dyskusji aktywnie wspomaga ich trener. W drugiej części ćwiczenia uczestnicy dzielą się na 2–3 grupy. Każda grupa ma za zadanie opracować regulamin korzystania z sali gimnastycznej (i innych obiektów sportowych) oraz ze sprzętu sportowego. Może powstać jeden lub dwa osobne regulaminy – jeden poświęcony obiektom sportowym, drugi sprzętowi. Grupy pracują według własnych pomysłów, zapisują w regulaminie to, co wydaje im się najistotniejsze pod względem zachowania bezpieczeństwa. Po zakończeniu prac w grupach przedstawiciel grupy odczytuje regulamin. Uczestnicy spotkania wybierają najlepszą ich zdaniem propozycję. Zwycięski regulamin może zostać zawieszony w sali, w której odbywają się warsztaty.

**Sugestie do omówienia:** Trener może zadać uczestnikom następujące pytania:

- Czym kierowaliście się przy wyborze treści (punktów) zapisanej w regulaminie?
- Czy każda szkoła powinna posiadać taki regulamin i jakie niesie on ze sobą korzyści?

- W jaki sposób zapoznać uczniów z regulaminem i co zrobić, aby zapisy w nim były przez uczniów przestrzegane?

#### **Ćwiczenie 10. Uczeń przewlekle chory**

**Cel:** Zachęcenie uczestników do włączenia do zajęć wychowania fizycznego uczniów z chorobami przewlekłymi oraz konieczność dostosowania ćwiczeń do ich schorzeń.

**Czas:** 20 min.

**Materiały:** Kartki i długopisy.

**Przebieg:** Uczestnicy warsztatów mają za zadanie wcielić się w rolę nauczyciela WF prowadzącego zajęcia w klasie, w której znajduje się uczeń z chorobą przewlekłą. Uczeń ten mimo swojego schorzenia: astma oskrzelowa (lub hemofilia) chce brać aktywny udział w zajęciach, ponieważ sport stanowi jego hobby. Rodzice ucznia oraz lekarz, który go prowadzi, zgadzają się na to pod jednym warunkiem: ćwiczenia, w których uczeń będzie brał udział, nie mogą narazić go na niebezpieczeństwo. Oczywiście przedstawiona sytuacja jest czysto hipotetyczna, ponieważ przeważnie uczniowie z takimi schorzeniami są zwalniani z lekcji WF. Niemniej jednak nauczyciel powinien być przygotowany na spotkanie z taką ewentualnością.

Trener dzieli uczestników na dwie grupy. Jedna „prowadzi” zajęcia w klasie, w której znajduje się uczeń chory na astmę oskrzelową, druga w klasie z uczniem chorującym na hemofilię. Zadaniem każdej grupy jest napisanie propozycji ćwiczeń dla chorego ucznia na konkretne zajęcia lekcyjne oraz rozpisanie, jakie środki bezpieczeństwa zostaną zastosowane:

- Rozgrzewka + bieg na 1000 metrów;
- Ćwiczenia serwowania i odbić piłki siatkowej + mecz siatkówki;
- Nauka prowadzenia piłki, zwodów i odbierania piłki przeciwnikowi w koszykówce + mecz koszykówki;
- Trening siły mięśniowej: podnoszenie ciężarów, pchnięcie kulą, rzut dyskiem.

**Sugestie do omówienia:** Tematyka do omówienia:

- Czy uczestnicy jako nauczyciele wychowania fizycznego zdecydowaliby się na prowadzenie zajęć lekcyjnych z chorym uczniem?
- Co przemawia za tym, aby taki uczeń ćwiczył, co za tym, aby jednak był nieobecny na zajęciach z WF?
- Jakie inne choroby przewlekłe znają uczestnicy, które można spotkać wśród uczniów, stanowiące przeciwwskazanie do ćwiczenia na lekcjach WF?

Po zakończeniu tej części modułu – prowadzenie zajęć z wychowania fizycznego – uczestnicy szkolenia powinni umieć podać czynniki mające wpływ na prowadzenie przez nauczyciela zajęć oraz krótko je omówić.

### 3.3.3. Dokumentowanie zajęć

Zarówno proces planowania, jak i prowadzenie zajęć lekcyjnych wymagają stworzenia odpowiedniej dokumentacji. W tej części modułu trener przybliży uczestnikom dokumenty tworzone w czasie planowania lekcji:

- plan wynikowy,
- plan metodyczny lekcji w ujęciu czynnościowym,
- oraz dokumenty powstające w czasie trwania zajęć:
  - dziennik lekcyjny,
  - arkusz monitorowania postępów ucznia.

Trener omawia, czemu służą konkretne dokumenty oraz jakie elementy się na nie składają. Następnie w ćwiczeniach praktycznych uczestnicy uczą się tworzenia dwóch wybranych dokumentów: planu metodycznego lekcji oraz arkusza postępów ucznia.

#### Ćwiczenie 11. Plan metodyczny lekcji w ujęciu czynnościowym

**Cel:** Nauka dokumentowania zajęć lekcyjnych na etapie planowania poprzez opracowanie planu metodycznego lekcji w ujęciu czynnościowym.

**Czas:** 30 (45\*) min.

**Materiały:** Tabela do wypełnienia – załącznik nr 4 oraz długopisy.

**Przebieg:** Uczestnicy mają za zadanie stworzenie planu metodycznego lekcji w ujęciu czynnościowym według schematu przedstawionego im przez trenera. W tym celu korzystają z tabeli stanowiącej załącznik nr 4 do materiałów. Każdy uczestnik pracuje indywidualnie i sam wybiera sobie tematykę zajęć, odnośnie których opracuje plan metodyczny. Po zakończeniu pracy indywidualnej każdy uczestnik odczytuje swoją propozycję planu.

**Sugestie do omówienia:** Tematyka do omówienia:

- Czy posiadanie planu metodycznego lekcji ułatwia jej przeprowadzenie? W celu zweryfikowania tego zagadnienia trener może poprosić, aby dwóch uczestników wymieniło się planami i z udziałem innych uczestników zrobiło symulację opracowanych w nim zajęć. \*W tej sytuacji czas trwania ćwiczenia wydłuży się o około 15 minut.
- Czy układ planu metodycznego zaproponowany w załączniku spełnia oczekiwania uczestników, czy ich zdaniem wymaga modyfikacji, jeśli tak to jakich?

**Ćwiczenie 12. Arkusz monitorowania postępów ucznia**

**Cel:** Nabycie przez uczestników umiejętności stworzenia dokumentu, jakim jest arkusza monitorowania postępów ucznia.

**Czas:** 25 min.

**Materiały:** Kartka papieru i długopisy.

**Przebieg:** Uczestnicy mogą pracować w parach. Ich zadaniem jest utworzenie arkusza obserwacji postępów ucznia. To oni decydują, w jakiej formie powstanie arkusz (np. tabela) oraz jakie zmienne będą w nim odnotowywane. Po zakończeniu pracy każdy prezentuje na forum swój arkusz i go omawia.

**Sugestie do omówienia:** Tematyka do poruszenia po ćwiczeniu:

- Jakie elementy, na podstawie zaproponowanych arkuszy, wydają się w niezbędne arkuszu, a jakie można pominąć?
- Czy do pełnej oceny umiejętności ucznia nie wystarczy dziennik lekcyjny?

- W czym prowadzenie arkusza monitorowania postępów ucznia pomaga nauczycielowi, jaką wiedzę o uczniu zyskuje nauczyciel, prowadząc arkusz?

Po zakończeniu tej części modułu poświęconej dokumentacji zajęć lekcyjnych uczestnicy powinni:

- Umieć podać przykłady dokumentów tworzonych na etapie planowania zajęć oraz w czasie trwania zajęć i krótko je opisać;
- Potrafić stworzyć plan metodyczny lekcji w ujęciu czynnościowym oraz przykładowy arkusz monitorowania postępów ucznia.

### 3.4. Sportowe zajęcia pozalekcyjne

W tym module uczestnicy dowiedzą się, jak planować i dokumentować pozalekcyjne zajęcia sportowe. Trener może wspomnieć, iż czynniki ważne przy planowaniu i prowadzeniu zajęć wychowania fizycznego jako lekcji są również istotne w przypadku zajęć pozalekcyjnych. Także tu nauczyciel musi wziąć pod uwagę oczekiwania uczniów, różnorodność propozycji zajęć, warunki lokalowe oraz wyposażenie i sprzęt sportowy, którym dysponuje. W czasie prowadzenia zajęć nauczyciel nie może zapominać o bezpieczeństwie uczniów, musi dbać o rodzaj relacji z nimi, wykazywać pewne cechy osobowości, by uczniowie chcieli z nim pracować. Może zdarzyć się również tak, że na zajęcia zgłosi się uczeń ze schorzeniem przewlekłym, a nauczyciel nie może nie przyjąć go na zajęcia tylko dlatego, że jest chory. Choć prawdopodobieństwo wystąpienia takiego zdarzenia jest niewielkie, nauczyciel musi być na nie przygotowany. Trener przedstawia uczestnikom sposób dokumentowania zajęć w zakresie ich planowania (autorski program zajęć pozalekcyjnych) oraz prowadzenia (dziennik zajęć pozalekcyjnych).

Przed przystąpieniem do ćwiczenia praktycznego z zakresu tworzenia dokumentacji pozalekcyjnych zajęć sportowych trener zachęca uczestników do dyskusji w następujących obszarach:

- Czym są pozalekcyjne zajęcia sportowe (próba zdefiniowania pojęcia)?

- Komu i dlaczego potrzebne są pozalekcyjne zajęcia sportowe?
- Co, według uczestników, odróżnia je od zajęć lekcyjnych?
- Czy udział w dodatkowych zajęciach sportowych powinien mieć wpływ na końcową ocenę z wychowania fizycznego?

### **Ćwiczenie 13. Autorski program zajęć pozalekcyjnych**

**Cel:** Nabycie przez uczestników umiejętności opracowywania autorskich programów zajęć pozalekcyjnych.

**Czas:** 40 min.

**Materiały:** Kartka papieru lub gotowy arkusz do opracowania programu (załącznik nr 5) i długopisy.

**Przebieg:** Ćwiczenie to składa się z dwóch etapów. Pierwszy etap polega na wspólnej pracy wszystkich uczestników przy zastosowaniu techniki „burzy mózgów”. Uczestnicy podają tematykę, w zakresie której można zorganizować sportowe zajęcia pozalekcyjne, np. piłka koszykowa, zapasy, trójbój siłowy itp. Następnie każdy z uczestników pracuje indywidualnie. Na kartce papieru lub z wykorzystaniem załącznika nr 5 opracowuje autorski program zajęć pozalekcyjnych z zakresu wybranej przez siebie tematyki. Po opracowaniu programów uczestnicy (w zależności od czasu – każdy lub osoby chętne) dzielą się z grupą swoimi propozycjami zajęć i przedstawiają opracowane programy.

**Sugestie do omówienia:** Tematyka do omówienia:

- Dlaczego uczestnik zdecydował się wybrać konkretną tematykę zajęć
- Która część programu w momencie opracowywania go stanowiła dla uczestników największy problem (np. cele edukacyjne)?
- W czym opracowanie programu zajęć pozalekcyjnych jest nauczycielowi pomocne, czy nie wystarczy posiadanie planu, pomysłu zajęć „w głowie”?
- Który z zaprezentowanych na forum programów autorskich, według uczestników, okazał się najlepszy i dlaczego?

Po zakończeniu tego modułu uczestnicy powinni umieć:

- Powiedzieć, czym są pozalekcyjne zajęcia sportowe?

- Podać czynniki, które nauczyciel powinien uwzględnić przy ich planowaniu i prowadzeniu?
- Wymienić dokumenty, które nauczyciel powinien sporządzić, organizując sportowe zajęcia pozalekcyjne?

### 3.5. Feminizacja zawodu nauczyciela i nierówne traktowanie ze względu na płeć

Temat dyskryminacji pracownika ze względu na płeć jest zawsze aktualny, ponieważ jest zjawiskiem globalnym i wciąż obecnym w społeczeństwach. Warto więc choć na krótko zająć nim uwagę uczestników szkolenia. Wskazane jest to tym bardziej że duża liczba kobiet pracująca w zawodzie nauczyciela może wskazywać na to, iż nie dochodzi w nim do nierównego traktowania ze względu na płeć na korzyść mężczyzn. Jednak myślenie w ten sposób jest błędne. Trener, prowadząc dyskusję na temat równości kobiety i mężczyzny w zawodzie nauczyciela, powinien dążyć do wykazania tego. Tematy zalecane do poruszenia w czasie dyskusji to:

- Proporcje w zatrudnieniu kobiet i mężczyzn w szkolnictwie;
- Dlaczego większość nauczycieli w szkole to kobiety (poza nauczycielami WF)?
- Czy płeć nauczyciela wpływa na to, w jaki sposób realizuje on cele zawodowe (nauczanie, wychowanie, opieka)?
- Czy płeć może wpływać na sposób traktowania nauczyciela przez pracodawcę (dyrektora szkoły), jeśli tak, to w jakich aspektach?
- Jakie czynniki decydują o tym, że mężczyźni są chętniej zatrudniani w szkołach na stanowisku nauczyciela wychowania fizycznego czy trenera?
- W jaki sposób można zapobiegać nierównemu traktowaniu nauczycieli ze względu na płeć?
- Jakie dokumenty zajmują się problematyką nierównego traktowania pracownika ze względu na płeć?



W dyskusji uczestnicy mogą odwoływać się do swoich doświadczeń i przytoczyć różne znane im przykłady nierównego traktowania ze względu na płeć.

Po zakończeniu i podsumowaniu dyskusji trener przechodzi do ćwiczenia praktycznego. Ćwiczenie to zostało zaproponowane do przedstawienia uczestnikom, ponieważ każdy z nich w przyszłości, pracując lub próbując podjąć pracę jako nauczyciel, może spotkać się z sytuacjami noszącymi znamiona dyskryminacji ze względu na płeć.

#### **Ćwiczenie 14. Nierówne traktowanie ze względu na płeć**

**Cel:** Nauka odróżniania sytuacji, w których dochodzi do naruszenia zasady równego traktowania nauczyciela-pracownika ze względu na płeć, od sytuacji, w których nie można mówić o dyskryminacji.

**Czas:** 15 min.

**Materiały:** Dla trenera załącznik nr 6, dla uczestników kartki i długopisy.

**Przebieg:** Trener odczytuje z załącznika nr 6 pięć krótkich historii poświęconych szkole i osobie nauczyciela. Część z nich opisuje sytuacje, w których dochodzi do nierównego traktowania nauczyciela ze względu na płeć. Pozostałe zawierają sytuacje, w których na pierwszy rzut oka wydawałoby się, że również występuje zjawisko dyskryminacji kobiet, ale tak nie jest. Zadaniem uczestników (praca indywidualna) jest ustosunkowanie się do każdej historii – stwierdzenie, czy występuje w niej zjawisko nierównego traktowania ze względu na płeć, czy nie. Uczestnicy notują swoje stanowiska na kartkach. Po odczytaniu ostatniej historii trener prosi uczestników o podanie swoich stanowisk do każdej historii oraz odnotowuje, ilu uczestników uznało, że w historii występuje zjawisko dyskryminacji i ilu uznało, że nie występuje. Następnie trener podaje, w której historii rzeczywiście mieliśmy do czynienia z dyskryminacją ze względu na płeć, a w której nie i dlaczego.

#### **Sugestie do omówienia:**

- Czy przytoczone historie mogą zdarzyć się w rzeczywistości?

- Czy uczestnikom sprawiło trudność udzielenie odpowiedzi, w których historiach doszło do dyskryminacji ze względu na płeć, a w których nie?
- Czy zawsze jednoznacznie, na podstawie usłyszanych historii oraz innych historii znanych uczestnikom, można określić, czy jakieś działanie jest przejawem nierównego traktowania pracownika ze względu na płeć?

Po zakończeniu modułu traktującego na temat nierównego traktowania ze względu na płeć uczestnicy powinni umieć:

- Omówić sytuację nierównego traktowania nauczycieli w polskich szkołach;
- Podać akty prawne regulujące równość traktowania pracowników ze względu na płeć.

### 3.6. Współpraca nauczyciela wychowania fizycznego z innymi podmiotami

Praca nauczyciela w szkole nie ogranicza się tylko do dwukierunkowej relacji nauczyciel – uczeń. Często trzeba w nią zaangażować także inne osoby lub instytucje. Poniższy moduł zostanie poświęcony tematyce współpracy nauczyciela wychowania fizycznego z innymi podmiotami. Trener, omawiając tematykę współpracy, zachęca uczestników do aktywnego udziału w zajęciach i, stosując technikę „burzy mózgów”, prosi o podanie przez uczestników odpowiedzi na dwa pytania:

- Z jakimi podmiotami: osobami i instytucjami nauczyciel wychowania fizycznego może współpracować?
- Jakie rodzaje sytuacji wymagają tej współpracy?

Propozycje uczestników trener notuje na tablicy, a następnie omawia z uczestnikami. Po zakończeniu „burzy mózgów” trener proponuje uczestnikom ćwiczenie praktyczne.

**Ćwiczenie 15. Problem do rozwiązania**

**Cel:** Podjęcie próby rozwiązania sytuacji problematycznych, z którymi nauczyciel wychowania fizycznego może spotkać się w pracy.

**Czas:** 15 min.

**Materiały:** Po kilka sztuk (w zależności od liczby uczestników) kartek zawierających opis sytuacji problematycznych: sytuacja nr 1, sytuacja nr 2 i sytuacja nr 3 (załącznik nr 7), czyste kartki i długopisy.

**Przebieg:** Każdy uczestnik losuje jedną sytuację problematyczną dotyczącą ucznia. Zadaniem uczestnika jest opracowanie planu, w jaki sposób rozwiązać problem. Przede wszystkim uczestnik musi przedstawić osoby, z którymi wspólnie będzie rozwiązywał problematyczną sytuację. Jedną sytuację opracuje osobno kilka osób. Dzięki temu będzie można zobaczyć różne podejścia do jednego problemu. Po zakończeniu pracy indywidualnej uczestnicy odczytują swoje propozycje kolejno dla każdej sytuacji: 1, 2 i 3.

**Sugestie do omówienia:**

- Dlaczego uczestnicy zaproponowali właśnie takie rozwiązanie problemu, co ich do tego skłoniło?
  - Czy, zdaniem uczestników, takie sytuacje mogą wydarzyć się w prawdziwej szkole?
  - Podanie przez uczestników znanych im przykładów sytuacji problematycznych i opisanie sposobu, w jaki zostały rozwiązane.
- Po zakończeniu tego modułu uczestnicy szkolenia powinni potrafić:
- Wymienić osoby, z którymi może współpracować nauczyciel wychowania fizycznego w ramach wykonywania swojej pracy;
  - Podać przykłady sytuacji, w których do takiej współpracy powinno dojść.

### 3.7. Zakończenie warsztatów

Na koniec spotkania warsztatowego trener podsumowuje jego przebieg. Dziękuje uczestnikom za udział w nim i prosi ich o podzielenie się uwagami na temat warsztatów:

- Co uczestnicy wynieśli ze spotkań (wiedza, umiejętności itp.)?
- Co ich zdaniem będzie im najbardziej przydatne w przyszłej pracy w szkole?
- Jaka tematyka najbardziej im się podobała? Której było za mało lub zabrakło? Które ćwiczenia nie były potrzebne?
- Jakie ogólne wrażenia uczestnicy mają na temat warsztatów?
- Czy w przyszłości chcieliby brać udział w podobnych spotkaniach?

Kiedy każdy uczestnik wypowie się już na temat warsztatów, trener dzieli się swoimi odczuciami na temat przebiegu spotkań i pracy z grupą.

## Zakończenie

Propozycje zawarte w materiałach dydaktycznych do warsztatów poświęconych tematyce *Szkoła jako środowisko pracy nauczyciela* mają na celu wprowadzenie studentów wychowania fizycznego w tajniki zawodu nauczyciela. Trener, stosując się do wskazówek zawartych w opracowaniu, przybliży uczestnikom wiedzę teoretyczną poświęconą funkcjonowaniu szkoły i wykonywaniu zawodu nauczyciela oraz uczy ich umiejętności z zakresu: planowania, prowadzenia i dokumentowania zajęć lekcyjnych oraz pozalekcyjnych zajęć sportowych i współpracy z innymi podmiotami. Zwraca również uwagę na aspekt nierównego traktowania nauczycieli ze względu na płeć w polskich szkołach. Trener, w celu zapoznania uczestników warsztatu z tematyką pracy nauczyciela w szkole, może skorzystać również z własnych doświadczeń i propozycji, ponieważ opracowanie stanowi jedynie szkielet zajęć warsztatowych, na którym można oprzeć pracę z grupą.

## Bibliografia

### Pozycje książkowe:

1. Jachimaska M., *Grupa bawi się i pracuje. Zbiór grupowych gier i ćwiczeń psychologicznych*, Wałbrzych 1994, Oficyna Wydawnicza UNUS;
2. Vopel K., *Warsztaty – skuteczna forma nauki. 80 porad dla moderatorów*, Kielce 2004, Wydawnictwo „Jedność”.

### Źródła internetowe:

1. Bogdanowska Z., *Zestaw ćwiczeń na emisję głosu (na rozgrzewkę)*, [www.logopeda.pl/logopeda-radzi/Zestaw-cwiczen-emisji-glosu-\(na-rozgrzewke\),327](http://www.logopeda.pl/logopeda-radzi/Zestaw-cwiczen-emisji-glosu-(na-rozgrzewke),327) [data dostępu: 28.12.2010].
2. *Ćwiczenia z emisji głosu*, [www.tepramu.w.interia.pl/emisja\\_glosu/cwiczenia\\_na\\_dobra\\_dykcje.htm](http://www.tepramu.w.interia.pl/emisja_glosu/cwiczenia_na_dobra_dykcje.htm) [data dostępu: 28.12.2010].
3. Dębko E., *Higiena głosu nauczyciela*,
4. [www.awans.net/strony/higiena/debko/debko1.htm](http://www.awans.net/strony/higiena/debko/debko1.htm) 1 [data dostępu: 07.12.2010].
5. Klamra T., *Program własny sportowych zajęć pozalekcyjnych*, [www.szkolnictwo.pl/index.php?id=PU4418](http://www.szkolnictwo.pl/index.php?id=PU4418) [data dostępu: 16.12.2010].
6. Ruszkowska B., Pasierowski M., *Program autorski sportowych zajęć pozalekcyjnych z piłki siatkowej*, [www.awans.net/strony/fizyczne/ruszkowska/ruszkowska2.html](http://www.awans.net/strony/fizyczne/ruszkowska/ruszkowska2.html) [data dostępu: 16.12.2010].
7. Ulatowski W., *Planowanie w wychowaniu fizycznym*, [www.wychowaniefizyczne.pl/userfiles/\\_download/tlek\\_wojtekplanowanie.pdf](http://www.wychowaniefizyczne.pl/userfiles/_download/tlek_wojtekplanowanie.pdf) [data dostępu: 13.12.2010].



## Załączniki

### Załącznik nr 1

#### Zestaw 1.

Szkoła posiada salę gimnastyczną wyposażoną w bramki, kosze, drabinki, tablicę do wyświetlania wyników. Z tyłu szkoły jest boisko szkolne wyposażone w bramki. Obok boiska znajduje się bieżnia oraz miejsce do skoków w dal. Szkoła jest dobrze wyposażona w sprzęt sportowy: wszelkiego rodzaju piłki, materace. Jest kozioł, skrzynia, odskocznice, stół do tenisa stołowego i zestaw do gry, drążki, szarfy, woreczki, pachołki, ławeczki, siatka do rozciągnięcia, ciężarki. Jedynym problemem, z jakim spotykają się nauczyciele wychowania fizycznego jest to, że czasem równolegle dwie klasy mają zaplanowane lekcje WF i wtedy trzeba dzielić się salą gimnastyczną. Taka sytuacja zdarza się niestety co drugie zajęcia lekcyjne.

#### Zestaw 2.

Szkoła posiada salę gimnastyczną, ale nie została ona jeszcze oddana do użytku, ponieważ remont zaplanowany na wakacje przedłużył się. Prawdopodobnie zajmie on jeszcze kolejne dwa tygodnie. Dyrektor szkoły zalecił więc, aby zajęcia z WF odbywały się w podziemiu szkoły obok szatni. Szkoła posiada również boisko wyposażone w bramki i kosze oraz bieżnię. Blisko szkoły leży park, z którego uczniowie korzystają w czasie zajęć. Sprzęt sportowy dostępny dla uczniów to piłki do koszykówki, siatkówki, piłki nożnej.

#### Zestaw 3.

Szkoła nie posiada sali gimnastycznej (brak pieniędzy na naprawę dachu) ani prawdziwego boiska szkolnego. Lekcje WF odbywają się w zwykłej sali lekcyjnej lub na korytarzu. Z boku szkoły znajduje się teren porośnięty trawą, na którym uczniowie grają w piłkę nożną w czasie przerw. Szkoła jest ubogo wyposażona w sprzęt sportowy. Posiada piłki do gry w siatkówkę i koszykówkę,

ale jest ich o wiele za mało. Jest też kilka materacy (w nienajlepszym stanie). Szkoła posiada za to nową skrzynię, ale nie ma gdzie ćwiczyć skoków, ponieważ brakuje miejsca na rozbieg.





### **Załącznik nr 3**

#### **Zalecenia dotyczące ułożenia poszczególnych części ciała w pozycji siedzącej:**

1. Prostujemy kręgosłup bez jego nadmiernego usztywniania i wyginania.
2. Wyciągamy się do góry, aby odciążyć dolną część kręgosłupa.
3. Siedzimy w sposób swobodny, nie na brzegu, jakbyśmy mieli zamiar zsunąć się z krzesła, ale też nie przylegamy do oparcia krzesła.
4. Delikatnie wychylamy się do przodu.
5. Nogi delikatnie rozsuwamy, a stopy opieramy o podłogę.
6. Nie kołyszymy się, nie kładziemy rąk na oparciu krzesła.

Wdech – przytrzymanie – wydech – uczestnicy kilka razy powtarzają oddech w prawidłowej pozycji.

#### **Zalecenia dotyczące ułożenia poszczególnych części ciała w pozycji stojącej:**

1. Nogi rozstawmy na szerokość barków tak, aby równomiernie rozłożyć ciężar ciała na każdą nogę.
2. Nogi są wyprostowane i rozluźnione. Jeżeli czujemy potrzebę, aby lekko je ugiąć w kolanach, zróbmy to.
3. Biodra rozluźniamy, kierując je nieco ku przodowi.
4. Kręgosłup prostujemy, łopatek nie ściągamy ku sobie.
5. Klatkę piersiową rozluźniamy, aby móc swobodnie oddychać.
6. Barki są rozluźnione i opuszczone.
7. Ramiona zwisają swobodnie wzdłuż ciała.
8. Głowa pozostaje w swej naturalnej pozycji, nie wychylamy jej i nie odchylamy.
9. Szyja jest wyprostowana.
10. Żuchwa jest rozluźniona, ale niewysunięta do przodu.

Wdech – przytrzymanie – wydech – uczestnicy kilka razy powtarzają oddech w prawidłowej pozycji.

**Propozycje ćwiczeń na prawidłową emisję głosu:**

Zaleca się wykonywanie ćwiczeń w postaci stojącej.

**Kontrola oddechu:**

1. Powietrze wciągamy nosem, przytrzymujemy i powoli wypuszczamy ustami. Czynność powtarzamy kilka razy.
2. Wykonujemy to samo, co we wcześniejszym ćwiczeniu, lecz teraz prawą dłoń kładziemy na przeponie, by obserwować jej pracę w czasie oddychania.
3. Wyobrażamy sobie, że przed nami stoi tort z taką ilością świeczek, ile mamy lat. Bierzemy głęboki wdech i zdmuchujemy świeczki.
4. Nabieramy dużo powietrza i zatykamy nos. Udajemy, że zanurzamy się pod wodę i tam powoli wypuszczamy powietrze, starając się, aby starczyło go nam na jak najdłużej.

**Ćwiczenia narządu mowy:**

1. Z ust robimy dzióbek.
2. Cmokamy.
3. Ćwiczymy szerokie uśmiechanie się.
4. Szybko, ale i wyraźnie powtarzamy na jednym oddechu samogłoski: u-i-e-a-o.
5. Ziewamy najszerszej, jak możemy.
6. Przesuwamy zuchwę raz w prawą, raz w lewą stronę.
7. Kłaskamy.
8. Przesuwamy językiem po wszystkich zębach tak, jakbyśmy chcieli je policzyć. Robimy to przy lekko otwartych ustach.
9. Wymawiamy w sposób ciągły spółgłoskę „r” (rrrrrrrrrrrrrrrrrr).
10. Szybko wymawiamy zaimek „ty” (tytytytyty).

**Ćwiczenia na dobrą dykcję:**

Szybko wymawiamy następujące zdania:

1. Król Karol kupił królowej Karolinie korale koloru koralowego.

2. Szedł Sasza suchą szosą.
3. Stół z powyłamywanymi nogami.
4. Chrząszcz brzmi w trzcinie w Szczebrzeszynie i Szczebrzeszyn z tego słynie.
5. Jola lojalna.
6. Rozrewolwerowany rewolwer wyrewolwerował się.
7. Trzy pstre przepióreczki przeleciały przez trzy pstre kamienice.
8. Szły pchły koło wody, pchła pchłą pchła do wody i ta pierwsza pchła płakała, że ta druga ją wepchała.
9. W czasie suszy szosa sucha.

**Pytanie do uczestników:** Co się dzieje, jeśli delikatnie przygryziecie koniec języka?

**Odpowiedź:** Do ust napływa ślina. Jest to dobry zabieg, kiedy odczuwamy suchość w ustach.

**Załącznik nr 4****Plan metodyczny lekcji w ujęciu czynnościowym****Zadania główne:****Zadania szczegółowe:**

Zdolności koordynacyjno–kondycyjne:

Umiejętności:

Wiadomości:

Usamodzielnienie:

<b>Część lekcji</b>	<b>Czynność i uczniów docelowe</b>	<b>Czynność i uczniów</b>	<b>Czynności nauczyciela</b>	<b>Metody</b>

## Załącznik 5

### **Autorski program sportowych zajęć pozalekcyjnych**

**Nazwa programu:**

**Imię i nazwisko autora programu:**

**Wstęp:**

**Charakterystyka placówki:**

**Grupa uczniów biorąca udział w programie:**

**Cele edukacyjne:**

**Szczegółowe treści kształcenia:**

**Działania wychowawcze:**

**Procedury osiągnięcia celów:**

**Osiągnięcia ucznia po zrealizowaniu programu:**

**Bibliografia:**

## Załącznik nr 6

### Historia 1.

W pewnym gimnazjum dyrektor poszukuje nauczyciela wychowania fizycznego. Po rozmowach z kilkoma osobami kandydującymi na to stanowisko wyłonił do końcowego etapu dwie osoby: kobietę i mężczyznę. Należy nadmienić, że w procesie rekrutacji wziął udział tylko jeden mężczyzna. Oto informacje, które wynotował sobie dyrektor w czasie rozmów prowadzonych z dwójką kandydatów:

**Kobieta:** lat 34, nauczyciel mianowany, dziewięć lat nauki w szkole podstawowej. Ukończyła liczne kursy i szkolenia, co może potwierdzić odpowiednimi zaświadczeniami. Dobrze zna język angielski. Tematyka, wokół której koncentrują się jej zawodowe zainteresowania, to gimnastyka artystyczna. W poprzedniej szkole prowadziła pozalekcyjne zajęcia sportowe dla dziewcząt z aerobiku z elementami tańca. Przygotowywała również jedną z uczennic do zawodów w gimnastyce artystycznej, uczennica zajęła trzecie miejsce w zawodach na szczeblu wojewódzkim.

**Mężczyzna:** lat 31, nauczyciel mianowany, trzy lat nauki w szkole podstawowej i trzy w gimnazjum. Ukończył liczne kursy i szkolenia, co może potwierdzić odpowiednimi zaświadczeniami. Dobrze zna język angielski. Tematyka, wokół której koncentrują się jego zawodowe zainteresowania, to piłka koszykowa i siatkowa. Prywatnie jest wielkim kibicem Skry Bełchatów. W poprzedniej szkole prowadził męską drużynę koszykówki, która brała udział w wielu międzyszkolnych zawodach i zdobyła wiele trofeów. Mężczyzna z własnej inicjatywy znalazł sponsora dla drużyny.

Ostatecznie dyrektor zdecydował się na zatrudnienie w szkole mężczyzny.

**Wyjaśnienie:** zatrudnienie przez dyrektora mężczyzny nie jest wynikiem nierównego traktowania ze względu na płeć. Kandydaci mają tytuł nauczyciela mianowanego, ukończyli różne kursy i szkolenia, znają na tym samym poziomie język obcy. Mężczyzna, choć ma krótszy staż zawodowy, ma bardziej



zróżnicowane doświadczenie. Ponadto gry zespołowe: koszykówka i siatkówka bardziej zainteresują młodzież szkolną, niż gimnastyka artystyczna preferowana przez kobietę. Co więcej, mężczyzna wydaje się bardziej kreatywny i zaradny, ponieważ znalazł sponsora dla drużyny szkolnej.

## **Historia 2.**

Nauczyciele wychowania fizycznego: kobieta i mężczyzna starają się o prowadzenie sportowych zajęć pozalekcyjnych. Ponieważ potrzeby szkoły na taki rodzaj zajęć nie są duże, wystarczy, aby jedno z nich zajęło się tym rodzajem działalności. W celu przedstawienia swojej oferty zajęć dyrektorowi oboje muszą opracować autorskie programy sportowych zajęć pozalekcyjnych. Mają na to dwa tygodnie.

**Kobieta** już pierwszego dnia zabiera się do pracy. W celu ustalenia tematyki zajęć pragnie poznać oczekiwania uczniów szkoły. Pyta o preferencje klas, które uczy. Opinie uczniów z klas, w których nie ma zajęć, poznaje dzięki pomocy innych nauczycieli. Kiedy już wie, co interesuje młodzież, siada do pisania programu. W tym celu korzysta z Internetu oraz biblioteki. Opracowany przez nią program liczy siedem stron i jest on gotowy na dwa dni przed końcem terminu.

**Mężczyzna** jako ojciec trójki dzieci ma niewiele czasu, by od razu zająć się opracowaniem programu. W wolnych chwilach myśli, co mogłoby zainteresować młodzież i szuka podpowiedzi w Internecie. Ponieważ czas płynie szybko, termin oddania programu jest tuż tuż. Dyrektor na dwa dni przed końcem terminu przypomina o tym mężczyźnie. Mężczyzna w wieczór poprzedzający dzień, w którym musi koniecznie oddać program, siada przed komputerem i przeszukuje Internet w celu znalezienia gotowego programu. Ponieważ jest ich tam wiele, nie ma z tym dużego problemu. Po przeczytaniu kilku z nich, wybiera jeden i wprowadza własne poprawki. Po dwóch godzinach pracy jest zadowolony z uzyskanego rezultatu i idzie spać. Na drugi dzień program drukuje i oddaje dyrektorowi.

Dyrektor wybiera autorski program pozalekcyjnych zajęć sportowych przygotowany przez mężczyznę i jemu powierza prowadzenie dodatkowych zajęć.

**Wyjaśnienie:** decyzja dyrektora nosi znamiona dyskryminacji kobiety-nauczyciela ze względu na płeć. Oczywiście przytoczona tu historia tylko daje do zrozumienia, że program, który opracowała kobieta, jest lepszy i zajęcia bardziej trafią w gust uczniów, niż to, co zaproponował mężczyzna. Ale biorąc pod uwagę wkład pracy włożony w opracowanie programu przez kobietę i mężczyznę, możemy zakładać, że tak właśnie jest. Dyrektor wybrał program zajęć pozalekcyjnych, kierując się płcią nauczyciela oraz rolą, jaką stereotypowo pełni on w społeczeństwie: mężczyzna powinien utrzymać rodzinę, a dodatkowe zajęcia, to również dodatkowe pieniądze.

### **Historia 3.**

Na sali gimnastycznej doszło do poważnego w skutkach wypadku z udziałem 11-letniego ucznia. Wypadek miał miejsce w czasie przerwy, kiedy teoretycznie uczniów nie powinno być na sali. Jednak jeden z nich tam się znalazł i, wspinając się na drabinki, spadł, co spowodowało uraz głowy i kręgosłupa. W szkole jest dwóch nauczycieli WF: kobieta i mężczyzna. Nauczycielem ucznia, który doznał niebezpiecznych dla życia obrażeń, jest kobieta. Osobą, która pozwoliła uczniowi wejść na salę w czasie przerwy i dała mu klucz, jest mężczyzna. Kobiety w tym czasie nie było w pokoju nauczycielskim, a uczeń twierdził, że w czasie zajęć zostawił na sali bluzę.

Dyrektor szuka winnych sytuacji wśród nauczycieli WF. Ponieważ wypadek był naprawdę poważny, uznał, iż ktoś musi ponieść za niego karę. Osobą, którą dyrektor ukarał, była kobieta. Dyrektor swoją decyzję argumentował tym, że nauczyciel prowadzący zajęcia z uczniem powinien w wystarczający sposób przeszkolić go z zasad bezpieczeństwa w zakresie korzystania z obiektów sportowych i sprzętu, aby do takich wypadków nie dochodziło.

**Wyjaśnienie:** kobietę niesłusznie ukarano. Trudno oczekiwać od każdego ucznia, że będzie zachowywał się zgodnie z wpajanymi mu przepisami

bezpieczeństwa. Nauczyciel-mężczyzna nie powinien pozwolić, żeby uczeń sam znalazł się na sali gimnastycznej. Do wypadku nie doszłoby, gdyby nauczyciel razem z uczniem wszedł na salę po zostawioną bluzę lub kazał mu zgłosić się po nią później.

#### **Historia 4.**

W ciągu ostatnich kilku lat liczba uczniów w szkole ulega systematycznemu zmniejszaniu. W związku z tym nauczyciele mogą nie mieć pełnego obłożenia godzinowego. Sytuacja taka dotyczy między innymi nauczycieli wychowania fizycznego. W szkole WF uczy dwóch nauczycieli: kobieta, która jest nauczycielem mianowanym i mężczyzna – nauczyciel dyplomowany. Dyrektor musi podjąć decyzję, którego nauczyciela zwolnić. Nauczyciele mają rodziny i praca w szkole jest jedynym źródłem ich utrzymania. Dyrektor postanawia zwolnić nauczyciela-kobietę.

**Wyjaśnienie:** zwolnienie kobiety nie wynika w tym przypadku z nierównego traktowania ze względu na płeć. Czynnikiem, który zadecydował o jej zwolnieniu, jest staż pracy nauczyciela – mężczyzna jako nauczyciel dyplomowany ma większy staż i doświadczenie zawodowe.

#### **Historia 5.**

Wieloletni nauczyciel wychowania fizycznego uległ poważnemu wypadkowi komunikacyjnemu. W wyniku doznanych obrażeń nie mógł uczyć w szkole, a już na pewno nie przedmiotu, jakim jest WF. Wobec czego przeszedł na rentę inwalidzką, której wysokość nie jest w stanie zapewnić mu życia na dotychczasowym poziomie. Dodatkowo u mężczyzny pojawiły się pewne objawy świadczące o depresji. Żona nauczyciela poprosiła dyrektora szkoły o pomoc dla męża. Dyrektor zaproponował mężczyźnie pracę przez kilka godzin dziennie w charakterze pomocnika w bibliotece szkolnej. Decyzja dyrektora została odebrana przez niektórych pracowników szkoły jako rodzaj dyskryminacji ze względu na płeć, ponieważ dodatkowe godziny pracy w bibliotece były już

wcześniej obiecała innej nauczycielce, która chciała dorobić sobie do pensji. Jednak część nauczycieli stanęła w obronie dyrektora, stwierdzając, że decyzja w żadnym wypadku nie została podyktowana płcią osoby, której stanowisko zostało zaproponowane.

**Wyjaśnienie:** Dyrektor, przyznając dodatkowe godziny pracy w bibliotece nauczycielowi-mężczyźnie, a nie nauczycielowi-kobiecie, nie kierował się kwestią płci. Decyzja taka zapadła z uwagi na niepełnosprawność mężczyzny, która w poważny sposób ogranicza możliwość podjęcia przez niego pracy oraz jego złą sytuacją finansową i nienajlepsze samopoczucie psychiczne.

## Załącznik nr 7

### Sytuacja 1.

Jesteś nauczycielem wychowania fizycznego w szkole podstawowej. Rozpoczynasz naukę grupy chłopców z klasy czwartej. Chcesz poznać swoich nowych uczniów, ich możliwości i oczekiwania, uczysz się ich imion. Szczególnie Twoją uwagę zwraca na siebie niski i szczupły chłopiec o imieniu Bartek. Jest go wszędzie pełno, dużo mówi, ale nie to, czego od niego oczekujesz. Co więcej, robi to, czego nie wolno mu robić, a Twoje uwagi i zakazy ignoruje.

Pewnego dnia wydaje Ci się, że czujesz od niego papierosa. Ale nic nie mówisz – przecież to jest 10-letnie dziecko. W czasie lekcji nadal nie możesz sobie poradzić z zachowaniem Bartka, który robi się coraz bardziej agresywny w stosunku do kolegów. Obserwujesz, że inne dzieci się go boją i nikt nie chce ćwiczyć w parze z Bartkiem. Pełniąc dyżur na szkolnym korytarzu, widzisz, że Bartek chętniej zadaje się z chłopcami z wyższych klas, niż z rówieśnikami.

W szkole zaczynają się kradzieże, obejmują one również teren szatni przy sali gimnastycznej, gdzie uczniowie przebierają się do zajęć. Po trzech takich zdarzeniach zaczynasz podejrzewać o nie Bartka.

**Pytanie:** Co robisz, by wyjaśnić sytuację?

### Sytuacja 2.

Jesteś nauczycielem wychowania fizycznego w gimnazjum. Między innymi uczysz dziewczęta z klasy III. Któregoś dnia stwierdzasz, że jedna z uczennic ćwiczy na zajęciach, ale nie wykazuje nimi zbytniego zainteresowania, szybko się męczy, od jakiegoś czasu ćwiczy w dresach, twierdząc, że jest jej zimno.

W dniu, w którym odbywało się zaliczenie z biegu na 400 metrów, dziewczyna zemdląła. Przestraszyłeś się i kiedy dziewczyna doszła do siebie, odesłałeś ją do szkolnej pielęgniarki. Jednak, gdy sam się tam pofatygowałeś po

zakończonych lekcjach, okazało się, że uczennica wcale nie zgłosiła się do pielęgniarki. Kiedy na kolejnej lekcji WF zapytałeś ją o to, powiedziała, że wolała położyć się w domu, więc zwolniła się z dalszych lekcji. Cała sytuacja zaczyna Cię martwić.

**Pytanie:** W jaki sposób próbujesz się dowiedzieć, co dzieje się z dziewczyną?

### **Sytuacja 3.**

Jesteś nauczycielem wychowania fizycznego w zasadniczej szkole zawodowej o profilu mechanicznym. Twój uczeń to przede wszystkim chłopcy. Już na pierwszej lekcji zauważyłeś jednego z nich, który wyróżnia się dużą sprawnością fizyczną: jest szybki i wytrzymały. Po miesiącu pracy z tym chłopcem wiesz, że jest świetnym biegaczem i gdyby tylko odpowiednio dużo pracował, mógłby zacząć startować w różnych zawodach.

Ale chłopiec, choć z początku zapalił się do pomysłu, teraz nie chce o nim słyszeć. Coraz częściej nie ma go w szkole. Po stroju chłopca widzisz, że jego rodzina jest biedna, buty, w których ćwiczy, za chwilę się rozpadną. Nie wiesz jednak, jak porozmawiać o tym z chłopcem, aby go nie urazić. Co więcej, widzisz, że chłopiec źle czuje się w szkole, ponieważ inni uczniowie naśmiewają się z niego.

**Pytanie:** Co zrobisz, aby pomóc chłopcu?