

 OŚRODEK
ROZWOJU
EDUKACJI



TRENDY

internetowe czasopismo edukacyjne

NR 1/2013

ISSN 2299-1786

Wydawca:

Ośrodek Rozwoju Edukacji
Aleje Ujazdowskie 28
00-478 Warszawa
tel. +48 22 345 37 00
fax +48 22 345 37 70
redakcjatrendy@ore.edu.pl

Opracowanie graficzne i skład:

Paweł Jaros

Redakcja językowa:

Anna Fus, Katarzyna Gańko

© Copyright by Ośrodek Rozwoju Edukacji
Warszawa 2013

Szanowni Czytelnicy,

prezentujemy nowy tegoroczny numer czasopisma, którego temat przewodni to bezpieczeństwo w szkole. Zapraszamy do lektury artykułów poświęconych różnym aspektom bezpiecznego funkcjonowania uczniów i nauczycieli: korzystaniu z internetu, edukacji seksualnej i edukacji zdrowotnej. Przyjrzymy się, jak tematyka bezpieczeństwa realizowana jest w kraju i Wielkiej Brytanii. Polecamy *Rozmowę z... Piotrem Zadrożnym*, który opowiada o realizacji projektu „Razem bezpieczniej” w Legionowie.

Uwagę Czytelników kierujemy także na bezpieczne funkcjonowanie ucznia o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Przedstawiamy kolejne przykłady ofert doskonalenia nauczycieli i zachęcamy do korzystania z zasobów portalu Scholaris.

Z radosnymi, wielkanocnymi pozdrowieniami
Zespół redakcyjny

Z okazji Świąt Wielkiej Nocy
życzymy Państwu spokoju, radosnego, wiosennego
nastroju i nieustającej pogody ducha!



Rozmowa z... Piotrem Zadrożnym, zastępcą Prezydenta Miasta Legionowo	5
Bezpieczeństwo uczniów w cyberprzestrzeni.....	9
Edukacja seksualna – czy młodzież czuje się bezpieczna?	16
„Razem bezpiecznej” we Włocławku	21
Wewnętrzna polityka bezpieczeństwa.....	28
Polityka szkoły w zakresie zdrowego odżywiania	34
„Szkolne Smaki – Szkoły Dobrego Żywienia”	38
Bezpieczne funkcjonowanie ucznia z dysfunkcją wzroku w szkole	46
Medytacja chrześcijańska w polskiej szkole?	55
Oferty doskonalenia nauczycieli	62
Drogowskazy prawne.....	67

Podsumowanie wyników ankiety

Nasze czasopismo ukazuje się w nowej formule już od roku, przyszedł więc czas na podsumowania i udoskonalenia. W lutym prosiliśmy Państwa o wypełnienie ankiety, w której pytaliśmy o opinie na temat zawartości merytorycznej TRENDÓW, trafności doboru tematów, funkcjonalności, zmienionej szaty graficznej.

Cieszy nas, że większość ankietowanych oceniła czasopismo i jego przydatność wysoko oraz bardzo wysoko – motywuje nas to do dalszej pracy. W zeszłym roku największym uznaniem Państwa cieszył się numer czwarty z jego tematem przewodnim „Kompetentny nauczyciel, kompetentny uczeń”. Do najchętniej czytanych stałych działów należały Drogowskazy prawne, Temat numeru i Cyfrowa szkoła. Dzięki ankiecie poznaliśmy także profil naszych odbiorców oraz oczekiwania wobec czasopisma.

Odpowiedzi i sugestie wskazały nam kierunek zmian – ich efekty widzą Państwo przed sobą. Wychodząc naprzeciw potrzebom Czytelników, wydzieliliśmy poszczególne artykuły i sukcesywnie umieszczamy je w [Bibliotece Cyfrowej ORE](#).

Mamy nadzieję, że odświeżona forma czasopisma będzie jeszcze bardziej funkcjonalna i użyteczna. Bardzo dziękujemy zarówno za wszystkie pochwały, jak i konstruktywną krytykę.

Rozmowa z... Piotrem Zadrożnym, zastępcą Prezydenta Miasta Legionowo

Agnieszka Romerowicz: Ministerstwo Edukacji Narodowej ogłosiło rok szkolny 2012/2013 Rokiem Bezpiecznej Szkoły. Z kolei Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji od 2006 r. koordynuje działania realizowane w ramach rządowego programu ograniczania przestępczości i społecznych zachowań „Razem bezpieczniej”. W gminach zadania tego programu inicjuje i realizuje wójt, burmistrz lub prezydent miasta. W jakich obszarach wspomnianego programu podjęto działania w Legionowie?

Piotr Zadrożny: W ponad 50-tysięcznym Legionowie już od pięciu lat podejmujemy aktywne działania na rzecz poprawy bezpieczeństwa uczniów. Programy skierowane do dzieci i młodzieży oraz nauczycieli i rodziców stanowią szeroką ofertę. Promujemy bezpieczne zachowania w domu, szkole czy w ruchu drogowym. Stawiamy na zapoznanie z przepisami prawa oraz edukujemy w zakresie potencjalnych zagrożeń, jakie mogą dotknąć młodych mieszkańców miasta. Program obejmuje akcje w szkołach i podczas imprez plenerowych.

Realizacja programu mającego na celu poprawę bezpieczeństwa dzieci i młodzieży szkolnej w Legionowie opiera się na trzech komponentach: edukacyjno-szkoleniowym, prewencyjnym oraz informacyjno-promocyjnym. W ramach tych trzech paneli organizowane są szkolenia dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych zaangażowanych w wychowanie i naukę młodych ludzi. Organizujemy spotkania z funkcjonariuszami policji czy straży miejskiej, uczniowie biorą udział także w przedstawieniach profilaktycznych i imprezach plenerowych promujących bezpieczny styl życia. Poprzez konkursy i zabawy uczniowie dowiadują się, jak unikać zagrożeń i w jaki sposób reagować na zachowania niezgodne z prawem czy dobrymi obyczajami.

AR: Z jakimi organizacjami i instytucjami współdziała Urząd Miasta Legionowo, wykonując zadania w ramach programu „Razem bezpieczniej”?

PZ: Program „Razem bezpieczniej” realizujemy wspólnie ze Starostwem Powiatowym w Legionowie w 27 placówkach oświatowych na terenie miasta. Bardzo ważną rolę odgrywa straż

miejska, która inicjuje i koordynuje działania w Legionowie. Aktywnie współpracujemy z Komendą Powiatową Policji, Komisariatem Rzecznym, Centrum Szkolenia Policji oraz z Komendą Powiatową Państwowej Straży Pożarnej. W programie biorą udział również Pogotowie Ratunkowe i WOPR. W realizację włączył się legionowski Ośrodek Pomocy Społecznej oraz Zespół Kuratorów ds. Nieletnich. Pomocne w propagowaniu dobrych praktyk są również media lokalne, pozwalające nam budować świadomość wśród wszystkich mieszkańców Legionowa.

AR: Jak Pan ocenia skuteczność mechanizmów współpracy dyrektorów szkół i nauczycieli z rodzicami, uczniami oraz policją w zakresie bezpieczeństwa w szkołach? Jakie wspólne inicjatywy ww. podmiotów służą budowaniu bezpiecznego, przyjaznego środowiska szkolnego w Waszym mieście?

PZ: Środowisko oświatowe bardzo chętnie włączyło się w działania miasta. Każdemu z nas zależy na poprawie bezpieczeństwa naszych dzieci. Zajęcia i podejmowane przez



Piotr Zadrożny

Ur. w 1974 r. w Warszawie. Studiował na Uniwersytecie Kardynała Stefana Wyszyńskiego na kierunku politologia i nauki społeczne – Studium Caritas.

Od 2006 r. pełni funkcję I Zastępcy Prezydenta Miasta Legionowo. Do jego obowiązków należy sprawowanie nadzoru nad działalnością Wydziału Edukacji i Sportu, Referatu Informatyki, Referatu Lokalowego, Referatu Marketingu oraz Głównego Specjalisty ds. Kontaktów z Mediami. Nadzoruje również 19 placówek edukacyjnych, 3 instytucje kultury oraz MOSiR.

Lubi podróżować, interesuje się fotografią.

► nas inicjatywy nie tylko edukują, lecz także służą integracji lokalnej społeczności. Dzięki wspólnym działaniom zanika bariera między mieszkańcami a służbami mundurowymi. Udało nam się wzbudzić wzajemne zaufanie, a policjanci i strażnicy miejscy są pozytywnie postrzegani. Odczarowaliśmy wizerunek służb mundurowych – już od najmłodszych lat staramy się kreować postawę zaufania do policji czy straży miejskiej jako instytucji przyjaznych, otwartych na rozwiązywanie problemów.

Wspólnie ze służbami odpowiedzialnymi za bezpieczeństwo na terenie miasta organizujemy spotkania plenerowe, podczas których dzieci i młodzież poprzez udział w grach i zabawach uczą się zasad bezpieczeństwa, przyswajają wiedzę z zakresu pierwszej pomocy oraz biorą udział w pokazach tresury psów policyjnych.

W ramach „Razem bezpiecznie” funkcjonariusze policji uczą dzieci bezpiecznego poruszania się po drodze – pieszo i rowerem. Organizujemy przeglądy techniczne rowerów należących do dzieci, pomagamy w organizacji egzaminów na kartę rowerową. Dzięki instrukcjom, pokazom i atrakcyjnym gadżetom młodzi mieszkańcy miasta chętnie przyswajają wiedzę z zakresu bezpieczeństwa – nie tylko na drogach.

W trakcie zajęć szkolnych oraz imprez plenerowych są organizowane konkursy z nagrodami – jednym z nich był konkurs dla gimnazjalistów polegający na stworzeniu przez uczniów komiksu dotyczącego bezpiecznych zachowań.

AR: Jednym z zadań programu „Razem bezpiecznie” jest edukacja dla bezpieczeństwa. Jakie działania prowadzone są w legionowskich szkołach w celu podniesienia świadomości prawnej uczniów, rodziców i nauczycieli?

PZ: Świadomość prawna budowana jest głównie wśród starszych uczniów – gimnazjalistów, którzy są najbardziej narażeni na zetknięcie z destruktywnymi zjawiskami. Dla nich organizowane są szkolenia z zakresu odpowiedzialności osób nieletnich za popełnione czyny karalne, np. Uczeń młodym, ale odpowiedzialnym kierowcą oraz szkolenia z udzielania pierwszej pomocy. Również nauczyciele objęci są szkoleniami z zakresu odpowiedzialności za działania i zaniechania związane z bezpieczeństwem uczniów.

AR: Proszę przybliżyć Czytelnikom TRENDÓW organizowaną w ramach programu „Razem bezpiecznie” akcję Tylko słabi

zawodnicy biją na ulicy. Jakie są cele tego przedsięwzięcia i do kogo jest ono adresowane?

PZ: Celem akcji jest edukacja społeczna młodzieży oraz rodziców, pokazanie, jak radzić sobie z pokusą agresywnych zachowań. Staramy się kreować wśród młodych ludzi modę polegającą na braku aprobaty dla agresji, pokazać im, że rozwiązania siłowe są nie tylko niestosowne, lecz także nieakceptowane w społeczeństwie, w środowisku rówieśniczym. W ramach akcji zorganizowaliśmy między innymi spotkanie dla gimnazjalistów ze znanym zawodnikiem MMA¹ i KSW² – Łukaszem „Jurasse” Jurkowskim. Ten utytułowany zawodnik, do niedawna mieszkaniec Legionowa, pokazał młodzieży, jak w pozytywny i efektywny sposób rozładować energię. Spotkanie ze znaną, wywodzącą się z tego samego miasta osobą, która osiągnęła sukces, spotkało się z aprobatą uczniów. Szczególnie że mieli oni okazję zadawać pytania oraz wziąć czynny udział w pokazie samoobrony („Juras” szczególnie polecał samoobronę przez ucieczkę). Nasz gość był również twarzą kampanii outdoorowej.

AR: Czy i w jakim stopniu, według Pana, realizacja zadań w ramach programu „Razem bezpiecznie” przyczyniła się do poprawy ►

¹ Mieszane sztuki walki (z ang. *Mixed Martial Arts*) – dyscyplina sportowa, w której zawodnicy walczą wręcz, stosując techniki dozwolone w innych sportach walki bez broni.

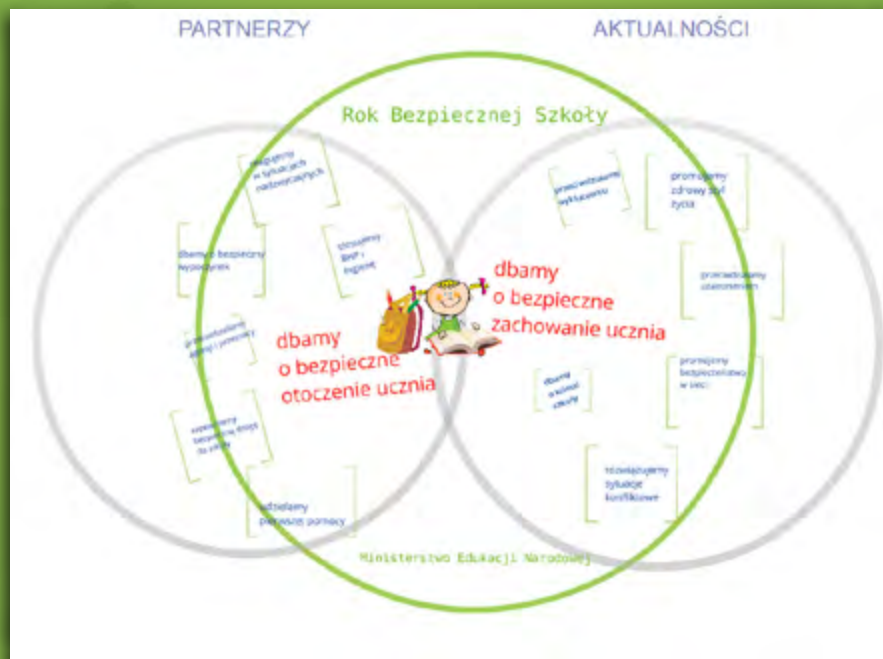
² Konfrontacja Sztuk Walki – polska organizacja promująca walki MMA.

PZ: Mamy bardziej świadome dzieci i młodzież oraz nauczycieli i rodziców. Zyskali oni wiedzę o niebezpieczeństwach w sieci oraz zagrożeniach ze strony sekt. Młodzi mieszkańcy Le-

*gionowa wiedzą, że policjanci czy strażnicy
miejscy nie zajmują się jedynie wypisywaniem
mandatów, a stoją na straży porządku. Mają
świadomość, że służą radą, pomocą i nie po-
zostają obojętni na łamanie przepisów prawa,
egzekwują – by żyło się bezpieczniej każdemu.
Znacznie zmniejszyła się liczba wykroczeń po-*

pełnianych przez małoletnich z terenu miasta – na przestrzeni czterech lat realizacji programu spadła o ponad połowę. Jest to wymierny wskaźnik efektów kampanii.

AR: Dziękuję za rozmowę.

Rok
Bezpiecznej Szkoły

Zachęcamy do korzystania z zasobów zamieszczonych na stronie internetowej [MEN!](#)

Podsumowanie programu „Razem bezpieczniej” w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych

Minister Spraw Wewnętrznych 15 marca dokonał podsumowania działań programu „Razem bezpieczniej” oraz wręczył statuetki Lidera programu „Razem bezpieczniej” za ubiegły rok. Podczas konferencji o wspólnych działaniach Ministerstwa Edukacji Narodowej i Komendy Głównej Policji w ramach projektu „Profilaktyka a Ty/Edukacja” Tadeusz Sławewski – sekretarz stanu w MEN – powiedział: „Już dziś nie musimy się przekonywać do wspólnych działań, wszyscy wiemy, jak ważne jest, żeby w każdym mieście uruchamiać siły walczące ze złem – narkotykami, przemocą, dopalaczami”.

Projekt „Profilaktyka a Ty/Edukacja” („Pat/E”) jest finansowany w ramach rządowego programu

„Bezpieczna i przyjazna szkoła”. Powstał w 2011 r. z inicjatywy Ministerstwa Edukacji Narodowej we współpracy z Komendą Główną Policji. Obejmuje szkolenie animatorów, wśród których znaleźli się pedagodzy szkolni, nauczyciele przedmiotu, psychologowie, a także pracownicy placówek wychowania pozaszkolnego. Zaplanowane w projekcie wydarzenia są dobrym przykładem aktywności wolontariatu, włączania młodzieżowych liderów w działania na rzecz swoich rówieśników. Służą one poprawie stanu bezpieczeństwa w szkołach i placówkach oraz ograniczeniu skali występowania zjawisk patologicznych, m.in. przemocy, eksperymentowania z narkotykami, dopalaczami, picciem alkoholu, paleniem tytoniu. W latach 2011–2012 w projekcie uczestniczyło 6270 uczniów.

W trakcie konferencji ogłoszono miejsce kolejnego przystanku PaT, który odbywa się corocznie od 2006 r. podczas letnich wakacji i trwa 5 dni. Tegoroczny PaT odbędzie się w Łodzi. Policjanci, wolontariusze oraz grupy teatralne z całego kraju będą realizowali spektakle edukacyjne, promujące życie bez uzależnień. W trakcie imprezy odbywają się także różne warsztaty, w tym plastyczne, taneczne i wokalne, wyświetlane są także filmy profilaktyczne. W przystanku PaT bierze udział młodzież ze szkół ponadgimnazjalnych. Uczestnicy imprezy mogą spotkać się z artystami i muzykami, którzy promują idee przystanku.

Źródło



Bezpieczeństwo uczniów w cyberprzestrzeni

Obecnie żyjemy równolegle w dwóch rzeczywistościach: realnej i wirtualnej. Umożliwiają one nawiązywanie relacji interpersonalnych, rozwijanie zainteresowań, zdobywanie wiedzy i wyrażanie własnych poglądów. Młodzi ludzie coraz częściej zaczynają przenosić swoją aktywność ze świata realnego do cyberprzestrzeni, która zmieniała funkcjonowanie człowieka na każdym etapie jego życia.

W wielu przypadkach internet pozwala na anonimowość, co zachęca jego użytkowników do niekontrolowanych zachowań charakterystycznych dla wirtualnej przestrzeni z jej liberalnymi regułami i wolnością słowa. Młodzi ludzie nie są świadomi pułapek zastawianych na nich w tym na zewnątrz pięknym, kolorowym świecie. Korzystanie z sieci nasila znane od wielu lat zagrożenia oraz generuje nowe niebezpieczeństwa.

Zagrożenia te mają wielowymiarowy charakter. Chodzi tu nie tylko o dostęp do nieodpowiednich treści, lecz także ryzyko wystąpienia chorób układu wzrokowego czy mięśniowo-szkieletowego, chorób psychicznych. Szczególnie niepokojące są uzależnienia, a także nasilające się specyficzne zachowania związane z realizowaniem różnych form przemocy i agresji (zarówno w świecie wirtualnym, jak i rzeczywistym), zmiany o charakterze społecznym oraz zagrożenia z zakresu etyki, zanik samodzielnego myślenia i pogłębionej refleksji.

Proces ten nie dotyczy już pojedynczych przypadków, ale jest zjawiskiem o charakterze masowym, niezwykle dynamicznym i występującym powszechnie. Od kilku lat nasilają się jego siła i zasięg. Bezpieczeństwo dzieci w cyberprzestrzeni, przeciwdziałanie zagrożeniom oraz minimalizowanie ich skutków to pedagogiczne wyzwanie dla całego społeczeństwa.

Wybrane formy aktywności dzieci i młodzieży w cyberprzestrzeni

Jedną z wielu aktywności dzieci i młodzieży są gry komputerowe i sieciowe – stanowią rozrywkę, popularny element stylu życia i mody dla uczniów wszystkich typów szkół. Użytkownik może zgłębiać tajniki gry w nieskończoność, dążyć do uzyskania coraz lepszych wyników, przejścia kolejnych etapów i osiągnięcia mistrzostwa. Zabawa może trwać przez długie godziny, dostarczając emocjonalnych przeżyć. Atrakcyjność gier wyraża się także w oddziaływaniu na emocje – właśnie

dzięki temu są one tak popularne. Szczególnego znaczenia dla młodych ludzi nabierają niestety te z ogromnym ładunkiem agresji.

Animacja w grach komputerowych jest bardzo różna, od prostej, jak w filmach rysunkowych, do bardziej realistycznej. Można korzystać z różnorodnych opcji, które pozwalają ponownie obejrzyć zabitego przeciwnika, spojrzeć mu w oczy, podeptać jego zwłoki czy zostawić krwawe ślady wokół ofiary. Grę uzupełniają odpowiednio dobrane muzyka i dźwięki, takie jak odgłosy strzałów i wybuchów, krzyki, jęki itp. Gracz w czasie walki ma do dyspozycji różnego typu uzbrojenie – miecze, dzidy, maczugi, piły tarczowe, pistolety, wreszcie czołgi i broń laserową czy jądrową. Niektóre akcje może oglądać z perspektywy obserwatora, co daje mu możliwość identyfikowania się z postacią widoczną na ekranie, niejako wcielenia się w bohatera. Ma on w swoim polu widzenia nie tylko przeciwników, lecz także rękę swojej postaci z bronią, co może



Młodzi ludzie przeciwko mowie nienawiści w internecie

Projekt Rady Europy, który ma na celu zwalczanie przejawów rasizmu i dyskryminacji w wypowiedziach online, poprzez mobilizację młodych ludzi i organizacji młodzieżowych, do przeciwdziałania takim naruszeniom praw człowieka. Kampania rozpoczęła się oficjalnie 21 marca 2013 r. i będzie prowadzona przy wsparciu instytucji rządowych oraz organizacji pozarządowych.

[Więcej informacji](#)

▶ prowadzić do silnych przeżyć emocjonalnych (Braun-Gałkowska, 2000, s. 30–35). Zaangażowanie się dziecka w grę nie polega jedynie na biernej percepcji treści wizualnych, uruchamia również różne obszary jego aktywności. Młody gracz obserwuje, ale także osobiście dokonuje aktów brutalnej agresji. Gry oddziałują na wszystkie elementy postaw, czyli na ich aspekt intelektualny, emocjonalny i behawioralny (Braun-Gałkowska, 2000, s. 51).

Należy się zastanowić nad wpływem gier na dzieci i młodzież, których myślenie krytyczne nie jest w pełni rozwinięte. Skutkami aktywnego uczestnictwa w takiej zabawie są odwrócenie i znieczulenie na przemoc, a zachowania agresywne, których dzieci wielokrotnie wtedy doświadczają, kojarzą im się z nagrodą i przyjemnością. W konsekwencji negatywne zachowania mogą być przenoszone do realnego świata (Andrzejewska, 2007, s. 1191). Dziecko przez wielość agresywnych działań w grze komputerowej uodparnia się na ich emocjonalny odbiór, zubożając na nie i pozbawia altruizmu.

Gry komputerowe przepełnione przemocą mogą zakłócać prawidłowy rozwój osobowości i kształtować zachowania agresywne, szczególnie w przypadku niekontrolowanego i nadmiernego ich użytkowania. Zdaniem J. Bednarka agresja ta zależy od „nieograniczonego dostępu do programów z elementami przemocy; zwiększonej ilości na rynku medialnym agresywnych gier komputerowych; rosnącego popytu na brutalne programy; zwiększenia popularności negatywnych bohaterów gier komputerowych” (Bednarek, 2002, s. 253).

Z psychologicznego punktu widzenia zaleca się, aby dzieci do 10–12 roku życia w ogóle nie grały w gry, w których pojawiają się agresja i przemoc. Biorąc pod uwagę kształtowanie się osobowości młodego człowieka, a zwłaszcza jego cech emocjonalnych, ważne jest, by wchodzenie w wirtualny świat odbywało się pod opieką rodziców lub opiekunów – gry, ich treści i stopień trudności należy dostosować do poziomu rozwoju dziecka.

Gry przesyczone agresją wpływają dezintegrująco na zdolność pełnienia ról społecznych oraz nawiązywanie koncyliacyjnych relacji z innymi osobami, powodują także wyzwolenie agresji i przemocy wśród dzieci i młodzieży. Poprzez obserwację brutalnych scen uczą się oni negatywnych zachowań, destygmatyzują śmierć, która staje się dla nich odwracalnym aktem. Ich świat dzieli się jedynie na wrogów i sprzymierzeńców.

Inną niezwykle istotną formą aktywności młodych ludzi w cyberprzestrzeni są portale społecznościowe. W dzisiejszych czasach

posiadanie konta w kilku serwisach tego typu jest dla młodzieży czymś zupełnie normalnym, a nawet oczywistym. Popularne stało się stwierdzenie „nie masz konta na Facebooku – nie istniejesz”. Warto przeanalizować, co uczniowie najczęściej robią na portalach społecznościowych, które służą głównie do utrzymywania kontaktu ze znajomymi i zdobywania nowych znajomości. Wśród użytkowników, szczególnie tych młodszych, dostrzega się dążenie do zdobycia jak największej liczby znajomych, co niewątpliwie odzwierciedla popularność danej osoby. Aby ułatwić komunikowanie się, wiele serwisów (m.in. Facebook i Nasza Klasa) dodało do swoich funkcjonalności czat umożliwiający natychmiastowy przekaz wiadomości pomiędzy zalogowanymi użytkownikami. Co właściwie robią online młodzi ludzie, oprócz aktualizowania swojego statusu, rozmawiania i wysyłania linków, zdjęć lub filmików? Odpowiedź brzmi: mnóstwo różnych rzeczy. Facebook oferuje kilkaset milionów stron, grup, wydarzeń, bezpłatnych gier i aplikacji.

Młodzi ludzie coraz częściej zaraz po powrocie do domu lub jeszcze przed wyjściem do szkoły sprawdzają wiadomości, przeglądają zdjęcia znajomych, czytają komentarze do swoich aktywności i sprawdzają liczbę „lajków”. Bardzo trudno jest im pozbyć się nawyku częstego logowania na portalach ▶



oŚwiatowe Trendy

Blog e-Safety in Schools

Tematykę bezpiecznej szkoły w aspekcie bezpieczeństwa cyfrowego i cybernetycznego w Wielkiej Brytanii i w świecie szczegółowo naświetla świetnie wypozycjonowany, a zatem cieszący się dużą oglądalnością blog autorski *e-Safety in Schools*. Zawiera on wiele zasobów w postaci wiadomości, artykułów i linków do stron www wielu organizacji, grup społecznościowych i projektów związanych z tym tematem. Autorem blogu jest urzędnik hrabstwa Kent, zawodowo zajmujący się problematyką e-bezpieczeństwa.

[Więcej informacji](#)

► społecznościowych. Odwracają one uwagę od normalnych spraw i dekoncentrują, powodują, że młody człowiek nie jest w stanie bez nich funkcjonować.

Nie sposób odbyć choćby jednej zwykłej rozmowy z nastolatkami, by nie usłyszeć o popularnych portalach społecznościowych i tym, co się na nich dzieje. Kto dodał nowe kontrowersyjne zdjęcie, kto i jaki napisał komentarz – życie w sieci kwitnie przez 24 godziny na dobę. Z powodu zaangażowania młodych w internetowe znajomości, dochodzi do sytuacji, kiedy wirtualnymi znajomymi zostają nie tylko ludzie, których znają i z którymi utrzymują kontakt „w realu”, lecz także ci widziani raz w życiu, znajomi znajomych lub zupełnie obce osoby. To ostatnie zjawisko pojawia się coraz częściej i przybiera na sile szczególnie wśród młodszej młodzieży i dzieci oraz niestety wśród ludzi niezbyt dobrze radzących sobie ze znajomościami w realnym świecie. Poznanie kogoś nowego w sieci pozwala na zbudowanie relacji na innej płaszczyźnie niż w rzeczywistości – umieszczane w galeriach zdjęcia nie muszą być odbiciem realnego wyglądu, również posty publikowane na prywatnych ścianach mogą mijać się z prawdą. Być może dlatego niektóre znajomości po pewnym czasie same się kończą, ale są też takie, które przenoszą się do rzeczywistego świata – z lepszym czy gorszym skutkiem.

Niestety, w niektórych przypadkach okazuje się, że znajomy z internetu nie jest tym za kogo się podawał: wtedy czar znajomości pryska. Nastolatki podchodzą do zawierania wirtualnych przyjaźni w sposób nieracjonalny, często kreują siebie w sieci, tworząc swój mniej lub bardziej prawdziwy obraz – wszystko po to, by zaistnieć.

Według badań przeprowadzonych przez pracownię ARC Rynek i Opinia 40% respondentów odwiedza portale społecznościowe rano, tuż po przebudzeniu. „Serwisy te cieszą się popularnością przede wszystkim wśród młodych użytkowników Internetu w wieku 18–24 lata. Na Facebooku logują się oni dwa razy częściej niż starsi internauci” (Sala, 2001).

Młodzież korzystająca z portali społecznościowych bardzo chętnie udostępnia tam swoje statusy, aby „obwieszczać światu, co w danej chwili myślą, robią lub czują” (Levinson, 2010, s. 192). Jest to bardzo powszechne zjawisko, które daje możliwość przekazania informacji dużej grupie osób. W statusach użytkownicy zamieszczają również linki do stron internetowych, ciekawe cytaty lub inne informacje, które według nich są godne uwagi. Niekiedy jednak internauci zbyt lekkomyślnie traktują możliwość zamieszczania opisów: komentują swoje codzienne czynności lub zupełnie prywatne

aspekty życia, zapominając, że udostępniane informacje trafiają do szerokiego grona odbiorców.

Do aktywności młodzieży na portalach społecznościowych należy zaliczyć także zjawiska negatywne, w których uczestniczą, są ich ofiarami bądź sprawcami. Według amerykańskiego raportu *Nastolatki, życzliwość i okrucieństwo w mediach społecznościowych: jak amerykańscy nastolatki poruszają się w nowym świecie cyfrowego obywatelstwa*, „88% twierdzi, że było świadkami zachowań niegrzecznych lub wręcz okrutnych wobec innych osób. A 15% przyznało, iż samemu stało się celem niemiłego lub okrutnego działania ze strony rówieśnika. (...) 90% nastolatków ignoruje negatywne zachowania obserwowane lub doświadczane w Internecie” (Kowalczyk, 2011). Należy zwrócić uwagę, że portale społecznościowe wpłynęły na przeniesienie się tych sytuacji do cyberprzestrzeni, gdzie ich kontrolowanie wydaje się trudniejsze.

Uzależnienie od cyberprzestrzeni

Zdaniem Ph. Zimbardo nałóg (*addiction*) formalnie oznacza uzależnienie fizyczne i psychiczne „(...) które jest na tyle poważne, że dane zachowanie stało się przymusowe i jednostka nie ma nad nim wystarczającej dowolnej kontroli” (Zimbardo, 1998, s. 448). ►



National Association of School Psychologists

Effective partners in the commitment to help school children and youth achieve their best. In school. At home. In life.

oŚwiatowe Trendy

The National Association of School Psychologists (NASP)

Narodowe Zrzeszenie Psychologów Szkolnych (USA) realizuje i wspiera działania z zakresu psychologii szkolnej, polepszenia zdrowia i psychoprofilaktyki oraz zwiększenia szkolnych kompetencji dzieci. Z obszernej biblioteki zasobów online warto polecić dział związany z problematyką bezpiecznej szkoły.

[Więcej informacji](#)



▶ Jest to natrętna potrzeba ciągłego i coraz częstszego przyjmowania substancji lub niepohamowany pociąg do powtarzania czynności wywołującej przyjemność – redukującej doznania negatywne. Istotą nałogu jest to, że powstrzymanie się od przyjmowania pewnej substancji czy wykonywania określonej czynności staje się problemem.

Z. Zaborowski ujmuje uzależnienie jako „(...) proces bądź jego efekt związany z wytwarzaniem się specyficznego związku między jednostką a jej czynnościami, zachowaniem, bądź między jednostką a innymi ludźmi, który charakteryzuje się ograniczeniem pola świadomości, pola decyzyjnego i wyborem często jednej tylko i to w sposób kompulsywny, alternatywy” (Zaborowski, 2001, s. 226).

Jak wynika z przytoczonych poglądów, uzależnienie to nic innego niż utrata kontroli nad swoim zachowaniem. W przypadku cyberprzestrzeni można mówić o uzależnieniu, gdy korzystanie z jej możliwości zaczyna przeszkadzać w normalnym życiu, w wykonywanej pracy, w kontaktach międzyludzkich, kiedy stanowi swoisty substytut rzeczywistego życia. Jest to nowe zjawisko, rozwijające się bardzo dynamicznie.

Interpretować je można w dwojaki sposób. Po pierwsze, jako uzależnienie od przedmiotów i czynności z nimi związanych, po dru-

gie – od treści przekazywanych przez media. Jest często konsekwencją nieradzenia sobie z problemami, zwłaszcza nieuświadomianymi i nienazwanymi. Ogarnia ono coraz szersze grono ludzi w różnym wieku, jednak największą grupę ryzyka stanowią dzieci i młodzież. To oni szukają dla siebie miejsca w świecie pędzącym w zastraszającym tempie, traktując cyberprzestrzeń jako odskocznnię, receptę na wszystkie problemy typowe w ich wieku.

Mechanizm uzależnienia od internetu działa podobnie do innych uzależnień. Najpierw występują zainteresowanie i chęć spróbowania czegoś nowego, później powoli kontakt z cyberprzestrzenią zastępuje inne aktywności, prowadząc do utraty łączności z rzeczywistością. Człowieka wciąga świat wirtualny, który cieszy i satysfakcjonuje go bardziej niż realny. Tam odczuwa to, co powinien odczuwać wśród ludzi. U podstaw wszelkich uzależnień, bez względu na ich rodzaj, leżą podobne przyczyny i mechanizmy, podobne są również objawy i fazy przebiegu choroby. Nałóg niesie za sobą wyniszczenie fizyczne i psychiczne, czyni z człowieka niewolnika. Nieracjonalne korzystanie z cyberprzestrzeni powoduje zmiany somatyczne, ale nie mniej groźne okazują się zmiany w sferze psychicznej.

Mówiąc o zagrożeniach wynikających z uzależnienia od sieci, należy podkreślić, że

jednym z poważniejszych problemów jest syndrom IAD, na który zwraca uwagę M. Tanaś (1999; 2004). Należy on do nowej klasy uzależnień (*Internet Addiction Disorder*) i charakteryzuje się wewnętrznym przymusem „bycia online”, któremu wg statystyk ulega 18% użytkowników, spędzających w sieci ponad 70 godzin tygodniowo. IAD jest problemem złożonym i niejednorodnym. Osoby uzależnione od internetu uzyskują, często niemożliwe do zdobycia w inny sposób, złudne poczucie siły (funkcja kompensacyjna) i przynależności („zbiorowe ego”), „poczucie mocy” niosące za sobą elementy walki konkurencyjnej, a nawet rywalizacji (rekordy w sieci). Motywacje i cele niekontrolowanego korzystania z internetu są zwykle bardzo złożone i zindywidualizowane, odbijają się na stanie zdrowia, sile układu nerwowego i osobowości oraz na sytuacji życiowej osoby uzależnionej.

U osób uzależnionych, w skrajnych przypadkach, uniemożliwienie ponownego kontaktu ze źródłem uzależnienia może spowodować syndrom odstawienia, abstynencji, niekiedy o dramatycznym przebiegu. Lista ewentualnych objawów jest długa i przypomina objawy na tle nerwicowym – lęki, stany depresyjne, włącznie z próbami samobójczymi, swoisty dyskomfort psychosomatyczny, zaburzenia trawienne (np. zanik łaknienia), poczucie zmęczenia, wyczerpanie, osłabienie, ▶

Zadania szkoły w zakresie bezpieczeństwa uczniów w pracy z nowymi technologiami. Bezpieczeństwo informatyczne w szkole

4 marca odbyło się zebranie konferencyjno-warsztatowe *Zadania szkoły w zakresie bezpieczeństwa uczniów w pracy z nowymi technologiami. Bezpieczeństwo informatyczne w szkole*. Konferencja była skierowana do dyrektorów, opiekunów szkolnych pracowni internetowych, nauczycieli przedmiotów informatycznych oraz pracowników administracji szkolnej. Jej tematyka koncentrowała się na zagadnieniach związanych z bezpieczeństwem zasobów informatycznych szkół oraz możliwościach zabezpieczeń serwerów szkolnych pracowni komputerowych.

Organizatorami spotkania były Kuratorium Oświaty w Warszawie oraz Ośrodek Edukacji Informatycznej i Zastosowań Komputerów.

Źródło



▶ bóle i zawroty głowy, bóle mięśni i stawów, nudności, zaburzenia widzenia. Pojawić się mogą także bezsenność w nocy z następczą sennością w ciągu dnia oraz lęk przed zaśnięciem spowodowany męczącymi koszmarami nocnymi lub rozmaitymi sensacjami pojawiającymi się w stanie półsnu.

Głównymi predyspozycjami charakterologicznymi, które mogą sprzyjać uzależnieniu, są m.in. niska samoocena – brak wiary we własne siły, brak dojrzałości emocjonalnej – labilność uczuciowa, dominacja negatywnych uczuć i emocji, nieumiejętność budowania relacji społecznych, nieumiejętność radzenia sobie ze stresem i cierpieniem, negatywny wizerunek samego siebie, nieumiejętność nawiązywania kontaktów interpersonalnych. Warto zauważyć, że o ile dostrzega się wpływ czynników genetycznych w przypadku innych uzależnień, np. od alkoholu czy narkotyków, to o tyle nieznanym jest ich wpływ na powstawanie uzależnień od sieci.

Nieracjonalne korzystanie z cyberprzestrzeni może prowadzić do jeszcze innych objawów, takich jak problemy z zasypianiem, wzrost lęku i występowanie sennych koszmarów. Taki relaks nie wymaga żadnej aktywności fizycznej, nawet wychodzenia z domu, jest bardzo łatwym, lecz biernym sposobem spędzenia wolnego czasu. W dużym stopniu sprzyja lenistwu umysłowemu oraz obniże-

niu sprawności myślenia abstrakcyjnego. Zmniejsza się czas przeznaczany na sen, spotkania towarzyskie poza domem, zabawy z rówieśnikami, słuchanie radia, czytanie książek i czasopism, ruch na świeżym powietrzu, zajęcia domowe i uczestnictwo w innych formach spędzania czasu wolnego. Jednocześnie następuje redukcja liczby rozmów w rodzinie oraz ograniczenie czasu przeznaczonego na kontakty między rodzinami a dziećmi.

Zdaniem J. Bednarka (...), „wielogodzinne przebywanie dziecka w świecie *Cd-action* wpływa destrukcyjnie na jego życie osobowe, które przecież może rozwijać się tylko w relacji z innymi, żywymi osobami. Dziecko staje się niezdolne do nawiązywania żywej więzi z rówieśnikami, pojawia się swoisty autyzm, niemożność i niezdolność zrozumienia innego człowieka. Reakcje dziecka ze światem wirtualnym są całkowicie deterministyczne i mechaniczne, wobec tego nieświadomie dokonuje ono projekcji takich relacji na sytuację rzeczywistych relacji międzypersonalnych z rówieśnikami” (Bednarek, 2002, s. 252–253).

Ochrona dzieci i młodzieży przed zagrożeniami cyberprzestrzeni

W cyberprzestrzeni można funkcjonować w oderwaniu od świata rzeczywistego, co

jest niezwykle niebezpieczne dla młodego człowieka, rozwijającego się i wkraczającego w społeczność. Ochrona przed nowymi zagrożeniami staje się największym wyzwaniem dla wielu środowisk, w tym w szczególności środowiska rodzinnego i szkolnego.

Zaburzenia związane z ucieczką dzieci w świat cyberprzestrzeni często tkwią w błędach wychowawczych popełnianych przez rodziców – mam na myśli nieumiejętność doboru metod wychowawczych, które powinny uwzględniać predyspozycje dziecka. Zbyt wygórowane i sprzeczne wymagania w stosunku do niego mogą powodować napięcia i frustracje. Innym źródłem zaburzeń prowadzącym do popadnięcia w uzależnienie jest zapominanie, że dziecko ma wiele potrzeb psychicznych, do których można zaliczyć przede wszystkim potrzebę bezpieczeństwa i przynależności. Ważnym czynnikiem jest brak świadomości rodziców, że przebywanie w cyberprzestrzeni może być uzależniające – dzieci wykazują tam wiele aktywności, które są dla nich niezwykle atrakcyjne, ale są narażone także na liczne niebezpieczeństwa.

Analiza zagrożeń pokazuje rodzicom, wychowawcom i nauczycielom, jak wiele problemów rodzą media i cyberprzestrzeń. Wzrasta więc rola szkoły związana z prowadzeniem działań profilaktycznych skiero-

Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w szkole i poza szkołą

11 marca odbyła się konferencja *Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w szkole i poza szkołą*. Konferencja, poruszająca zagadnienia związane z szeroko rozumianym bezpieczeństwem, adresowana była do dyrektorów szkół podstawowych, gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych. Wśród gości pojawili się m.in. Wicewojewoda Mazowiecki Dariusz Piątek, Mazowiecki Kurator Oświaty Karol Semik oraz Rektor Honorowy Wyższej Szkoły Menedżerskiej w Warszawie prof. dr Stanisław Dawidziuk.

Prelegenci, reprezentujący m.in. Komendę Stołeczną Policji, Komendę Wojewódzką Państwowej Straży Pożarnej oraz Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe w Legionowie, przedstawili sposoby przeciwdziałania zagrożeniom oraz zakres współpracy oferowany szkołom w ramach edukacji bezpiecznych zachowań.

Organizatorem konferencji było Kuratorium Oświaty w Warszawie.

Źródło

wanych na wspieranie psychospołecznego rozwoju dzieci i młodzieży. Zadaniem szkoły jest przygotowanie młodego pokolenia zarówno do życia w realnym świecie z innymi, dla innych i wśród innych, jak i w cyberprzestrzeni (Miłkowska, 2001, s. 45).

Niewątpliwie rodzice mogą mieć wpływ na to, czego dzieci nie powinny robić w wirtualnej rzeczywistości. Pomocne dla nich będą programy profilaktyczne i działania umożliwiające kontrolę dostępu do informacji w internecie. Można również skorzystać z oprogramowania filtrującego, aby ochronić niepełnoletnich przed nieodpowiednimi treściami na stronach internetowych (Konovaluk, 2005, s. 41). Warto dowiedzieć się też, czy w szkole, do której uczęszcza dziecko, zostały wprowadzone jakiejkolwiek strategie uświadamiania w zakresie korzystania z komputera i internetu oraz przeciwdziałające cyberprzemocy, można również współpracować z nauczycielami i pozostałymi rodzicami.

Zabezpieczenia techniczne pomagają, ale żadne z nich nie zastąpi nauki, ponieważ życia nie da się w ten sposób filtrować. Warto przygotować dzieci do racjonalnego, bezpiecznego i mądrego korzystania z sieci, co będzie dla nich podstawową metodą obrony. Rozmowa jest więc nieodzowna. Wszystko powinno być starannie omówio-

ne, ze wskazaniem i wyjaśnieniem wszelkich zagrożeń, należy ukazać pozytywne i negatywne strony surfowania w sieci, co pozwoli dzieciom zrozumieć, dlaczego dostają zakazy od dorosłych.

Każdy rodzic powinien wychowywać swoje dzieci tak, aby miały one świadomość, że nie wolno nikogo prześladować i rozpowszechniać wiadomości mogących skrzywdzić innych. Trzeba uczyć je korzystania z nowoczesnych technologii z pożytkiem dla siebie i bez szkody dla innych, aby rozumiały, jakie prawa przysługują im oraz pozostałym ludziom, jakie zachowanie może sprawić przykrość. Konieczna jest więc rozmowa o ochronie własnej prywatności i szanowaniu prywatności innych (Ins@fe, 2008).

Dzieci powinny także wiedzieć, że należy zapisać obraźliwe czy wulgarne wiadomości, które otrzymały, oraz że mogą powiadomić o tym najbliższych. Nie wolno im również, bez wiedzy i kontroli osób dorosłych, korzystać z kamer internetowych. Oprócz tego muszą poznać netykietę, czyli zasady poprawnego zachowania w sieci – trzeba je uprzedzić, że nic co napiszą bądź zrobią w świecie wirtualnym, wbrew pozorom, nie jest anonimowe. Należy rozmawiać również o tym, jak radzić sobie w sytuacjach niezwykle groźnych, jakimi są pedofilia czy cyberprzemoc. Choć nie zawsze są to łatwe

tematy, młody człowiek korzystający z internetu musi znać niebezpieczeństwa, z którymi w każdej chwili może się zetknąć. Warto omówić możliwe scenariusze rozwoju danej sytuacji, a nawet przećwiczyć pewne schematy rozmów czy zachowań (Aftab, 2003, s. 209–210).

Aby uchronić dziecko przed zagrożeniami płynącymi z cyberprzestrzeni, należy zapoznać się z radami dla rodziców:

- Ustaw komputer w miejscu, do którego wszyscy domownicy mają dostęp.
- Nie karz dziecka za błędy, o których ci mówi.
- Rozmawiaj z dzieckiem.
- Nie bój się przyznać do niewiedzy.
- Baw się siecią, poznawaj ją.
- Surfuj po sieci ze swoim dzieckiem.
- Pokazuj dziecku wartościowe miejsca w sieci.
- Ustal z dzieckiem zasady korzystania z internetu i egzekwuj je.
- Porozumiewaj się z rodzicami kolegów i koleżanek dziecka.
- Ucz dziecko zasad bezpieczeństwa, nie strasz jednak zagrożeniami.
- Wychowuj do sieci.
- Wspomagaj się programami filtrującymi (Dobrołowicz, 2009, s. 19).

Obowiązkiem rodziców jest zadbanie o to, by dziecko nie zostało pochłonięte przez



Szkoła wolna od przemocy. Jak sobie radzić z bullyingiem?

Wydział Wychowania i Profilaktyki zaprasza pracowników poradni psychologiczno-pedagogicznych i placówek doskonalenia nauczycieli, którzy zajmują się profilaktyką przemocy, promocją zdrowia lub wychowaniem oraz dyrektorów szkół i placówek systemu oświaty, specjalistów szkolnych, wychowawców na jednodniową konferencję *Szkoła wolna od przemocy. Jak sobie radzić z bullyingiem?*, która odbędzie się 11 kwietnia w siedzibie ORE w Warszawie.

[Więcej informacji](#)

[Program konferencji](#)

► wirtualny świat. Trzeba dostrzegać nie tylko pozytywne strony korzystania z komputera, lecz także zagrożenia wynikające ze spędzania wolnego czasu przed ekranem monitora. Należy zdać sobie sprawę z niebezpieczeństw, jakie niesie ze sobą nadmierne skupienie wokół tego, co dzieje się w świecie wirtualnym – dziecko zaczyna odcinać się od rzeczywistości, może mieć poczucie wyobcowania, izolacji, pogarszają się również jego stosunki interpersonalne i zanikają prawdziwie rodzinne kontakty (Noske, 2003, s. 20). Trzeba pamiętać, że często problem tkwi nie w samym internecie, lecz w tym, że rodzice nie wychowują swoich dzieci tak, aby potrafiły świadomie z niego

korzystać. Bowiem „rodzicielstwo to uczenie się w mgnieniu oka, konieczność reagowania na niespodzianki” (Aftab, 2003, s. 229). W ramach funkcji profilaktycznej ważne są następujące zadania szkoły:

- Ochrona młodego człowieka przed negatywnymi skutkami uczestnictwa w rzeczywistości wirtualnej;
- Kształtowanie umiejętności współpracy, współdziałania i współżycia w realnym świecie, wskazywanie wartości kontaktów międzyludzkich;
- Pomoc uczniom w rozumieniu sprzecznych wiadomości zawartych w internecie;
- Diagnozowanie uczniów uzależnionych i pomoc im;

- Propagowanie zdrowego trybu życia (Aftab, 2003, s. 46).

W profilaktyce zagrożeń powodowanych przez cyberprzestrzeń ważne są różnego rodzaju kampanie, konferencje i szkolenia z tego zakresu. Mają na celu uwrażliwienie nie tylko dzieci, lecz także rodziców i nauczycieli. Wiedza tych środowisk na temat uzależnień, patologii i cyberprzestępstw jest niewielka. W trosce o najmłodsze pokolenie powinno się podejmować wszelkie możliwe działania zmierzające do ochrony dzieci w cyberprzestrzeni.

Anna Andrzejewska

Bibliografia

Aftab P., (2003), *Internet a dzieci: uzależnienia i inne niebezpieczeństwa*, Warszawa: Prószyński i S-ka. | Andrzejewska A., (2007), *Uzależnienie od mediów cyfrowych*, [w:] Pilch T. (red.), *Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku*, t. 6, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”. | Bednarek J., (2002), *Media w nauczaniu*, Warszawa: MIKOM. | Braun-Gałkowska M., (2000), *Mechanizmy psychologiczne wyjaśniające wpływ gier komputerowych na psychikę dzieci*, [w:] Gała A., Ulfik I. (red.), *Oddziaływanie „agresywnych” gier komputerowych na psychikę dzieci*, Lublin: Wydawnictwo UMCS. | Dobrowicz J., (2009), *Jak zapobiegać zagrożeniom płynącym z sieci?*, „Nauczanie Początkowe”, nr 1. | Ins@fe, UPC, (2008), *Bezpieczeństwo w sieci – elementarz dla całej rodziny* (dostęp dn. 5.03.2013). | Konowaluk H., (2005), *Internet jako problem wychowawczy*, [w:] Izdebska J., Sosnowski T. (red.), *Dziecko i media elektroniczne – nowy wymiar dzieciństwa. Komputer i Internet w życiu dziecka oraz obraz jego dzieciństwa*, Bydgoszcz: Wydawnictwo Trans Humana. | Kowalczyk M., (2010), *Młodzi a media społecznościowe* (dostęp dn. 15.03.2012). | Levinson P., (2010), *Nowe nowe media*, Kraków: Wydawnictwo WAM. | Miłkowska G., (2011), *Miejsce szkoły w cyberprzestrzeni edukacyjnej*, „Edukacja”, nr 1. | Noske M., (2003), *Kształtowanie się społeczeństwa wirtualnego*, „Edukacja Medialna”, nr 4. | Sala M., (2011), *Sondaż: Internet zamiast śniadania* (dostęp dn. 8.02.2012). | Tanaś M., (1999), *Cywilizacja globalna, społeczeństwo informacyjne a kształcenie*, „Kultura i Edukacja”, nr 1. | Tanaś M. (red.), (2004), *Pedagogika @ środki informatyczne i media*, Warszawa–Kraków: WSP ZNP. | Zaborowski Z., (2001), *Problemy psychologii życia*, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”. | Zimbardo Ph.G., (1998), *Psychologia i życie*, Warszawa: PWN.

Bibliografia uzupełniająca

Andrzejewska A., (2008), *(Nie)Bezpieczny komputer. Od euforii do uzależnienia*, Warszawa: Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej. | Andrzejewska A., Bednarek J. (red.), (2009), *Cyberświat – możliwości i zagrożenia*, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”.



Anna Andrzejewska

Doktor, pedagog w zakresie edukacji informatycznej i medialnej, specjalista do spraw zagrożeń cyberprzestrzeni. Pracownik naukowo-dydaktyczny uczelni pedagogicznych. Członek Zespołu ds. Bezpieczeństwa Dzieci w Cyberprzestrzeni przy Rzeczniku Praw Dziecka RP.

Autorka książek, m.in. *Patologie moralne w sieci* (2009), *Gry komputerowe i sieciowe. Nasze dziecko w wielkiej sieci* (2009), *Cyberświat – możliwości i ograniczenia* (2009), *(Nie)Bezpieczny komputer. Od euforii do uzależnień* (2008), *Magia szklanego ekranu – zagrożenia płynące z telewizji* (2007). Zajmuje się edukacją medialną, patologiami w cyberprzestrzeni oraz uzależnieniami od mediów cyfrowych.

Od lat prowadzi badania związane z wpływem najnowszych mediów na życie dzieci i młodzieży. Uczestniczka międzynarodowych i krajowych konferencji naukowych i sympozjów. Prowadzi szkolenia i warsztaty dotyczące zagrożeń powodowanych przez cyberprzestrzeń. Współautorka projektów badawczych. Współtwórca wielu filmów dydaktycznych i aplikacji multimedialnych z ww. obszarów wiedzy. Jej zainteresowania naukowe dotyczą pedagogiki, psychologii, edukacji medialnej, cyberprzestrzeni, patologii społecznych.

Edukacja seksualna – czy młodzież czuje się bezpieczna?

Współcześnie wiele uwagi przywiązuje się do bezpieczeństwa młodych ludzi. W szkołach instalowane są domofony, monitoring, dzieci mają własne telefony komórkowe, nauczyciele dyżurują na korytarzach. Robimy wszystko, aby kontrolować i sprawdzać. Nakładamy filtry rodzinne na komputery, ograniczamy dostęp do internetu w szkole. Budujemy kłosz, łudząc się, że w ten sposób nasze dzieci będą bezpieczne, że uchronimy je przed niebezpieczeństwami świata realnego i wirtualnego.

Dlaczego więc już ośmiolatki uzależniają się od pornografii, dlaczego coraz młodsze dzieci chorują na depresję, nawiązują niebezpieczne dla nich znajomości, coraz częściej podejmują ryzykowne zachowania, zarażają się chorobami przenoszonymi drogą płciową, jako nastolatki zostają rodzicami? Przecież mamy nad nimi pełną kontrolę, wiemy wszystko, w każdej chwili możemy zadzwonić, wysłać sms, przejrzyć historię aktywności w internecie... Czego zatem brakuje? Rozmowy.

Kiedy wspólnie z Anną Jurek zaczynałyśmy prowadzić program edukacji obywatelskiej dla łódzkich gimnazjalistów, nie spodziewałyśmy się konsekwencji. Młodzi ludzie sami decydowali czego chcą się dowiadywać i w jaki sposób, wymyślali własne projekty na rzecz wspólnot lokalnych, a później je realizowali. Dałyśmy im głos. Na początku byli nieśmiali, ponieważ nie są przyzwyczajeni do tego, że się ich słucha, później jednak wypowiedzieli na głos swoją największą potrzebę: „Chcemy rozmawiać o seksualności, napisz-

my taki projekt, zrobmy takie zajęcia. Nikt nie porusza z nami tego tematu, a to jest coś, co nas interesuje”. Podniosłyśmy rękawicę.

Pierwsze zajęcia odbyły się w jednym z zaprzyjaźnionych gimnazjów przy ogromnym wsparciu dyrekcji i pedagoga szkolnego, którzy pozwolili przeprowadzić pilotaż. Ustaliliśmy z uczniami listę interesujących ich tematów, same proponowałyśmy kolejne zagadnienia, rozmawialiśmy o formie zajęć, wreszcie wspólnie dyskutowaliśmy – co ważniejsze, co mniej ważne. Tak powstał pierwszy w Polsce całościowy, nieideologiczny program edukacji seksualnej dla młodzieży gimnazjalnej.

Po raz kolejny nie przewidziałyśmy konsekwencji. Program przez jednych był uważany za znakomity, przez innych – za skandal i gorszenie maluczkich. Widziano w nas szalejące feministki namawiające do uprawiania seksu, zarzucano, że nasze działania są sprzeczne z ideałami organizacji katolickich. Wszystkie te uwagi, chociaż nie zawsze

merytoryczne, były bardzo cenne, bowiem rodziły w nas pytania. Jak mówić, żeby nie zawstydząć, czy reglamentować wiedzę, jak nie epatować własnymi poglądami, jak nie oceniać, jak pokazać różnorodność wyborów z ich konsekwencjami, a jednocześnie uniknąć mówienia o jedynej słusznej drodze...? Jak uczyć podejmowania dobrych decyzji w bardzo intymnej i ważnej sferze ludzkiego życia? Jak przez 10–12 godzin znajomości zyskać zaufanie młodych ludzi, jak znaleźć wystarczająco dużo czasu na wysłuchanie tego, co do nas mówią?

To wszystko było i jest bardzo trudne. Jednak przez cały czas przyświeca nam jedna myśl: aby zwiększyć bezpieczeństwo młodych ludzi, trzeba pomóc im podejmować słuszne decyzje, wzmocnić w nich przekonanie, że są w stanie dokonywać dobrych dla siebie wyborów, dać im narzędzia w postaci wiedzy i refleksji.

Jakie są największe zagrożenia, którym może przeciwdziałać rzetelna edukacja seksualna? ▶

SPUNK
Fundacja Nowoczesnej Edukacji

▶ Przemoc w związku, przemoc w grupie związana z płcią i orientacją seksualną, ryzykowne zachowania seksualne, seksting, pornografia, choroby przenoszone drogą płciową, przedwczesne rodzicielstwo.

W rozmowach z gimnazjalistami uderza zgoda na przemoc w związku. Przejawia się ona na różnych poziomach:

- emocjonalnym – obrażanie, głupie żarty, kłótnie, niekończące się dyskusje, wyzwiska, deprecjonowanie w oczach innych osób, poniżanie, zazdrość;
- fizycznym – bicie, popychanie, kopanie, ciągnięcie za włosy;
- psychologicznym – przemoc ma na celu przestraszenie i uzależnienie od siebie drugiej osoby. Może polegać np. na groźniu, że zrobi się krzywdę komuś ważnemu dla ofiary, wiąże się także z kontrolowaniem i szantażami emocjonalnymi;
- seksualnym – zmuszanie do czynności seksualnych lub niezwracanie uwagi na potrzeby drugiej osoby. Obejmuje bardzo wiele zachowań (dotykanie, zmuszanie do oglądania filmów pornograficznych i in.);
- finansowym – używanie pieniędzy do kontrolowania drugiej osoby.

Młodzi ludzie potwierdzają, że mieli do czynienia ze wszystkimi formami przemocy. Okazuje się, że nie widzą niczego złego w przeglądaniu wiadomości w telefonie

partnera, ograniczaniu jego kontaktów z innymi osobami, brakiem zgody na spędzanie przez niego wolnego czasu z przyjaciółmi. Użycie siły z powodu zazdrości bywa potwierdzeniem uczucia, a niezgoda na założenie krótkiej spódnicy – zazdrością z miłości. Młodzież stosuje też metody szantażu emocjonalnego: „Jeśli przez tydzień nie odbiorę od niej/niego telefonu, to zgodzi się na wszystko, przecież mnie kocha”. Dziewczęta częściej stawiają się w roli ofiary, budzą litość, myślą, że skoro są obrażone i płaczą, to ich partner ulegnie, przyzna im rację.

Zwraca uwagę także to, że młodzież pyta na ocenę takich relacji nie widzi w nich nic złego, stwierdza, że „takie zachowanie jest skuteczne”. Potrzeba zatem rozmowy o komunikacji, budowaniu związków i braku przemocy. To podstawa edukacji seksualnej, szczególnie w środowiskach, gdzie tego typu patologia obserwowana jest na co dzień. Oczywiście dobre relacje między rodzicami, którzy okazują sobie czułość i nie kryją przed dziećmi, że są dla siebie ważni, to najlepsza szkoła miłości i partnerstwa. Jednak nie każdy młody człowiek ma szczęście żyć w takiej rodzinie, dlatego mówienie o tym, jak być dla siebie wzajemnie dobrym i dawać sobie wsparcie, jest bardzo istotne. Nie chodzi o to, żeby *ex cathedra* przekazać gotową receptę na życie – młodzi ludzie sami, podczas rozmów między sobą i z edukatorem, powinni

wypracować inne, nieprzemocowe sposoby postępowania. Zwykle się to udaje.

Jest jeszcze jeden ważny aspekt uzasadniający poruszanie tego tematu: uzmysłowienie osobom będącym ofiarami, że to nie miłość, tylko kontrola – nie uczucie, tylko dominacja. Im wcześniej w młodym człowieku zostanie wzbudzona wątpliwość co do intencji partnera, tym większa szansa na wyjście z takiej toksycznej relacji. Oczywiście ideałem byłaby interwencja terapeuty, zarówno wobec ofiary, jak i sprawcy, ale bardzo trudno przeprowadzić ją w szkole. Młodzież musi jednak wiedzieć, gdzie szukać pomocy, gdyby taka sytuacja przydarzyła się im samym lub ich bliskim. Dlatego warto zostawić adres i numer telefonu ośrodka zajmującego się ofiarami i sprawcami przemocy. To daje młodym ludziom poczucie, że nie są sami, że jest ktoś, kto może ich wesprzeć.

Drugi ważny aspekt zachowań przemocowych to ostracyzm grupowy, wytykanie, wyzywanie, przemoc fizyczna wobec wyróżniających się osób. Z perspektywy edukacji seksualnej warto wymienić tutaj dwie grupy: osoby oceniane jako nieatrakcyjne fizycznie oraz podejrzewane o nieheteroseksualność i nieheteroseksualne.

Aby pracować nad tymi problemami, konieczne jest poruszenie kilku kwestii. Po ▶



► pierwsze, czym jest uroda, jaki wizerunek kobiety i mężczyzny kształtują media, czy to co widzimy na okładkach kolorowych pism jest prawdziwe. Niezapomniane są miny chłopców i dziewcząt, którzy obserwują, jak w programach komputerowych zmieniane są zdjęcia przeznaczone do publikacji w prasie lub internecie. To też jest przemoc, na którą narażeni są młodzi ludzie. Wyśrubowane wzorce piękna niszczą naturalność, wdzięk i oczywistą urodę nastolatków. Warto porozmawiać z młodzieżą o tym, kim jest kobieta kobieta i męski mężczyzna, co to znaczy i czy sami chcieliby tacy być. Dobre rezultaty daje przeprowadzenie z nimi ćwiczenia *Jakie cechy powinien posiadać mój wymarzony partner?*. Umożliwia to dyskusję o gustach, o tym co się komu podoba i czy wszystkim podoba się to samo. Pytamy uczniów, czy zakochują się tylko w przystojnych chłopcach i pięknych dziewczynach. Na ogół pada odpowiedź twierdząca – wtedy pojawia się kolejne pole do pracy.

Innym powodem odrzucenia w grupie jest nieheteroseksualność. Postawy młodzieży wobec osób o odmiennej orientacji seksualnej w większości przypadków są bardzo radykalne – nazwanie kogoś gejem zapewnia mu ostatnie miejsce w hierarchii grupowej. To jest ważny problem, czego potwierdze-

niem są statystyki wskazujące, że ok. 7% ludzi w społeczeństwie to osoby o orientacjach innych niż heteroseksualna. Okres dojrzewania jest dla każdego czasem pełnym wątpliwości i zmiennych emocji. Osobom, które zauważają swoją odmienność i nie mogą się do niej przyznać ze względu na społeczny ostracyzm, jest naprawdę trudno.

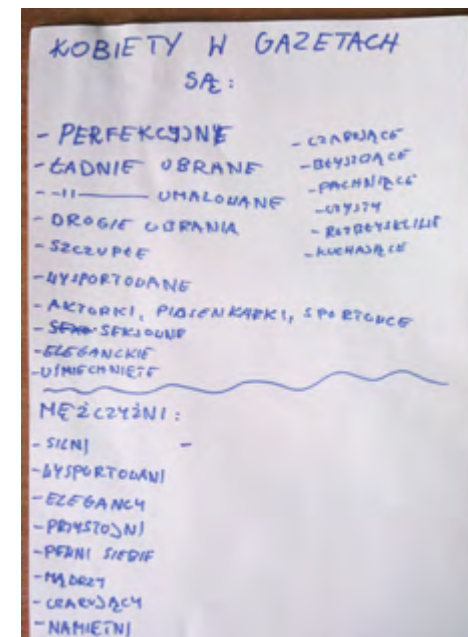
Edukacja seksualna także w tym przypadku jest niezbędna, aby móc stawiać właściwe pytania i dać wiedzę. Młodzi ludzie bardzo często mówią, że przestaliby się przyjaźnić z kimś, kto okazałby się homoseksualny. Taka deklaracja w klasie, gdzie z dużym prawdopodobieństwem znajduje się ktoś o takiej orientacji, jest okrucieństwem. Trzeba jednak o tym mówić, zmuszać uczniów do gry intelektualnej, pytać o powody wykluczania. Okazuje się często, że są one nieracjonalne, że wypowiedziane na głos tracą swoją moc. Ważnym aspektem tych zajęć jest to, że część klasy zwykle deklaruje postawy tolerancyjne, zatem dochodzi do wymiany argumentów. Nauczyciel/edukator powinien być tu raczej moderatorem. Celem tych zajęć nie jest nakłonienie wszystkich do polubienia osób nieheteroseksualnych, a raczej do zaniechania przemocy. Chodzi o wzbudzenie wątpliwości, pytanie młodzieży o to, jak się zachować, gdyby taka osoba zna-

lała się w ich środowisku, jak ją wesprzeć, jak nie wykluczać. Ważne jest pokazanie, że w klasie są osoby o poglądach bardziej tolerancyjnych i otwartych.

Istotnym aspektem dbania o bezpieczeństwo młodych ludzi w sferze seksualności jest problem pornografii. Jak wskazują wyniki badań¹ przeprowadzonych przez M. Jasińskiego w jednym z łódzkich gimnazjów, 100% chłopców i blisko 30% dziewcząt zagląda na strony o charakterze pornograficznym. Warto dodać, że wiek trafiających tam osób stale się obniża. Coraz częściej zdarzają się również przypadki uzależnienia od pornografii już u małych dzieci. „Zaczyna się zazwyczaj od tego, że dziecko wyszukuje w internecie informacje potrzebne np. do szkoły, wtedy przypadkiem natrafia na treści dla dorosłych: zdjęcia czy filmy erotyczne. Ogląda je i zaczyna się interesować, co to jest, skąd to jest, zaczyna klikać... Wchodzi na strony pornograficzne, widzi, że to wciągające, przyjemne, że to stymulacja, a tak naprawdę to początek uzależnienia. Mechanizm adaptacji, czyli przyzwyczajania się, sprawia, że dziecko szuka okazji, żeby tylko włączyć komputer, żeby tylko się zalogować, żeby coś pooglądać. Zobaczy jeden, dwa filmy pornograficzne, nasyci się, ale później już mu to nie wystarcza, ponieważ te same ►



Edukacja seksualna w jednym z łódzkich gimnazjów



¹ Badania przeprowadził wolontariusz Fundacji SPUNK na zajęciach z wiedzy o społeczeństwie w swoim gimnazjum w 2011 r.

▶ obrazy oglądane wielokrotnie przestają oddziaływać erotycznie. Potrzebne są nowe bodźce, dziecko chce więcej, więcej i więcej. Zaczyna się szukanie czegoś mocniejszego, innego, nietypowego. Oglądanie pornografii przez dzieci jest bardziej uzależniające niż alkohol i narkotyki” (mgr A. Zielińska, psychoterapeuta poznawczo-behawioralny).

Opócz uzależnienia pornografia niesie za sobą jeszcze inne zagrożenia, przede wszystkim wypacza wizerunek człowieka, nie tylko w sferze emocjonalnej, lecz także fizycznej. Oglądanie jej przez młodzież kształtuje mity, które później są bardzo trudne do obalenia. Młodzi ludzie tylko teoretycznie wiedzą, że aktorzy występujący w filmach pornograficznych są specjalnie dobierani pod kątem walorów fizycznych, często też stosuje się różne sztuczki mające sprawić, by ciało wydawało się bardziej jędrne, penis większy, biust pełniejszy. Wiele aktorek ma zoperowane narządy płciowe, a kolor męskich i kobiecych narządów to zasługa swoistego makiażu, słowem – obrazy oglądane na filmach i zdjęcia są sztuczne. Młodzież bardzo wyraźnie zaznacza, że ludzie powinni być ogoleni w miejscach intymnych, ich wiedza na ten temat jest zaczerpnięta z pornografii. W tym miejscu również trzeba podkreślić rolę rozmowy. Rodzice albo unikają konfrontacji, kiedy znajdują u swojego dziecka film pornograficzny, albo robią awanturę. Żadne

rozwiązanie nie jest dobre. Potrzebne jest pokazanie problemu bez zbędnych emocji, uświadomienie, że tak nie wygląda człowiek, tak nie wygląda życie erotyczne, że taki film może być szkodliwy dla młodego człowieka.

Kiedy na jednym z zajęć pokazałyśmy licealistom zdjęcia biustów kobiet w wieku 25–35 lat, po karmieniu piersią i przed, większych i mniejszych, okazało się, że żaden im się nie podoba. Wszystkie spotkały się z ogromną krytyką. Jedynie sztuczny biust zyskał aprobatę młodych ludzi. Ćwiczenie pokazało, że ich widzenie ludzkiego ciała jest zupełnie odrealnione, co może rodzić frustracje w dorosłym życiu, w którym nikt nie wygląda jak z żurnala, a biust dziewczyny czy żony zmienia się po ciąży.

Bezpośrednio z pornografią wiąże się jeszcze jedno zagrożenie, a mianowicie seksting, czyli przesyłanie swoich nagich zdjęć drogą elektroniczną, często za profity finansowe. Młodzi ludzie nie zdają sobie sprawy z zagrożeń, jakie niesie za sobą umieszczanie zdjęć w sieci, zwłaszcza erotycznych. Wiele dramatów rozgrywa się z powodu ujawnienia tożsamości osoby na zdjęciu. Ale i o tym trzeba rozmawiać. Podobnie jak o stronach internetowych będących rankingami osób, na ogół dziewcząt, które chodzą do danej szkoły. Młodzież nie widzi w nich niczego złego. „Dupeczki z liceum X” – taki portal

pojawił się po jednej z imprez towarzyskich. Widniały tam bardzo przyzwoite zdjęcia atrakcyjnych uczennic, wybrane subiektywnie przez autorów strony. „Co w tym złego?” – pytali uczniowie – „To hołd dla fajnych dziewczyn z naszej szkoły, to jak konkurs piękności, chwalimy się nimi”. Odbiliśmy z młodzieżą trudną rozmowę o języku, podmiotowości, o dziewczętach, których zdjęcia nie znalazły się na stronie, ponieważ nie spełniały wymaganych kryteriów. Nie doszliśmy do porozumienia, ale omówiliśmy kwestie wartości, równości płci, przedmiotowego traktowania. Wzbudziłyśmy wątpliwości w tych młodych ludziach, mamy pewność, że jeszcze raz rozważą problemy poruszane podczas zajęć.

Naszym celem jest pobudzanie do myślenia. To ważne, nawet gdy rozmawiamy na pozornie błahe tematy, jak choroby przenoszone drogą płciową czy przedwczesne rodzicielstwo. Mówiąc o ciąży, zwykle na początku pytamy młodych, kim jest dobry rodzic, jakich rodziców chcieliby mieć, jak się czuje dziecko, którego rodzice zawodzą, czego dziecko potrzebuje do szczęścia. Łatwo uzyskać odpowiedzi, młodzież doskonale wie, czego oczekuje od swoich rodziców, co od nich dostaje, a czego nie, jakie to w nich wzbudza emocje. Wtedy dochodzimy do sedna, pytamy, czy dzisiaj byłoby w stanie zapewnić dziecku wszystko to, czego oczekują



Edukacja seksualna w jednym z łódzkich gimnazjów



▶ od swoich rodziców, czy nie zawiedliby go. To robi wrażenie, nie chce się być kiepskim rodzicem nawet w wieku 15 lat.

Na zakończenie poruszamy problem chorób. Zarażanie się nimi wynika z podejmowania ryzykownych zachowań seksualnych. Mimo programów edukacyjnych i postępu medycyny, stale jest to problem. W ostatnich latach zakażeń wirusem HIV znowu przybywa, rozprzestrzenia się wirus HPV, wzrasta zapadalność na inne choroby przenoszone drogą płciową. Edukacja seksualna jest niezbędna: z jednej strony trzeba pokazywać dobre strony wstrzemięźliwości i posiadania stałego, wzajemnie wiernego partnera, ale również uwiadamić istotność robienia badań i używania prezerwatywy. Pokazujemy młodemu ludziom „łańcuszek zakażenia”,

uświadamiamy, że nie tylko osoby mające wielu partnerów są zagrożone. Po raz kolejny trzeba wzbudzić w nich wątpliwość, nauczyć refleksji, by ich działaniom towarzyszyła zawsze chwila zawahania.

To nie czas na żarty, mówimy przecież o życiu, zdrowiu, bezpieczeństwie, odpowiedzialności. Trzeba tak poprowadzić edukację seksualną, żeby dać młodym ludziom narzędzia do samodzielnego, mądrego podejmowania decyzji. Bez tego – mimo kamer, domofonów i telefonów komórkowych – nasze dzieci nie będą bezpieczne, ponieważ nie są w stanie same przebrnąć przez zawiłości współczesnego świata. Internet, prasa i telewizja epatują erotyką, wypaczonymi wzorcami piękna i życia. Młodzi ludzie patrzą na to wszystko i szukają cze-

gość dla siebie. Jeśli nie znajdą osoby, z którą będą mogły porozmawiać o swoich wątpliwościach i obawach, która zaspokoi ich ciekawość w sposób naturalny, spokojny, bez fałszywego wstydu, mogą nie dokonać dobrych wyborów. Nie mam tutaj na myśli moralizowania, tylko troskę.

Cały sens edukacji seksualnej to dużo wiedzy i refleksji nad podejmowanymi działaniami. Program stworzony przez Fundację SPUNK spełnia te kryteria. Wchodzimy naprzeciw młodego człowieka i odpowiadamy na pytania, rzeczowo, z poczuciem humoru, zgodnie z najnowszą wiedzą i co najważniejsze – nigdy nie oceniając.

Aleksandra Dulas



Aleksandra Dulas

Absolwentka socjologii i etyki na Uniwersytecie Łódzkim. Otrzymała stypendium w ramach programu Socrates-Erasmus, w szkole pracy socjalnej w Danii (w obszarze badań: prawa ojca oraz edukacji kobiet w krajach rozwijających się). Terapeutka AIT – specjalistka w zakresie leczenia traum, w tym traum rozwojowych.

Twórczyni programu edukacji seksualnej dla młodzieży gimnazjalnej, trenerka, edukatorka młodzieżowa, edukatorka seksualna. Od 15 lat pracuje z młodzieżą. Propaguje edukację aktywną, w której uczeń jest podmiotem. Zajmuje się edukacją obywatelską i antydyskryminacyjną. Jest członkinią łódzkiej Rady Działalności Pożytku Publicznego, współzałożycielką Komisji Dialogu Obywatelskiego ds. edukacji w Łodzi.

Prezeska Fundacji Nowoczesnej Edukacji SPUNK. Aktualnie realizuje program szkoleń dla nauczycieli Animator edukacji seksualnej w szkole.

„Razem bezpiecznej” we Włocławku

Zadaniem placówek edukacyjnych jest troska o rozwój młodzieży – nie tylko intelektualny, lecz także moralny i społeczny. W ramach projektu „Bezpieczne szkoły Śródmieścia” stworzono platformę służącą realizacji celów edukacji społecznej w szkołach, które zostały nim objęte. Do jej głównych zadań należały ograniczenie zachowań aspołecznych wśród młodzieży oraz aktywizacja zewnętrznych partnerów na rzecz poprawy bezpieczeństwa w środowisku lokalnym. Służyły temu inicjatywy sportowe oraz inne zajęcia pozalekcyjne, mające na celu tworzenie pozytywnych więzi społecznych.

Uczestnicy projektu

„Razem bezpieczniej” we Włocławku

Do projektu „Bezpieczne szkoły Śródmieścia” przystąpiły Szkoły Podstawowe nr 3, 10 i 14 oraz Gimnazja nr 6 i 9 usytuowane w centrum miasta. Liczyły one łącznie ponad 1900 uczniów, z czego w szkołach podstawowych uczyło się ich 1570, natomiast w gimnazjach – jedynie 330. Były to przede wszystkim dzieci mieszkające w obwodach szkół. Placówki w Śródmieściu posiadają duże rezerwy wolnych miejsc i nie jest to spowodowane jedynie niższym demograficznym, ale wiąże się głównie z popularnością innych szkół wśród kandydatów. W roku szkolnym 2010/2011 zaledwie 105 na 394 uczniów zamieszkujących w rejonie Gimnazjum nr 9 uczęszczało do niego – znaczna liczba dzieci, szczególnie z dobrymi wynikami w nauce, po ukończeniu szkoły podstawowej wybrała placówki poza obwodem. Taka sytuacja doprowadziła do tego, że do gimnazjów samorządowych (aktualnie jednego gimnazjum) w centrum miasta trafia młodzież z najsłabszymi wynikami w nauce. Dodatkowo zasilają je rów-

nież uczniowie z innych dzielnic, którzy nie radzą sobie w swoich szkołach z powodów edukacyjnych lub wychowawczych.

Diagnoza sytuacji w szkołach Śródmieścia przed rozpoczęciem projektu: problemy i trudności

Diagnoza środowiska szkół Śródmieścia pozwoliła na zarysowanie cech przeciętnej rodziny osiedlonej w tej dzielnicy. W większości przypadków mamy do czynienia z rodziną pełną i wielodzietną, mieszkającą w starym budownictwie, często bez wygód. Pracuje przeważnie jedno z rodziców, zatem osiągnięte dochody są niskie lub bardzo niskie, rodzina korzysta więc z różnych form pomocy społecznej.

Trudna sytuacja ekonomiczna oraz narastająca patologizacja środowiska rodzinnego przekładają się na problemy wychowawcze, jakie sprawia młodzież szkolna tej dzielnicy. Wśród uczniów znacznie wzrosła liczba zachowań i postaw aspołecznych, mają

oni trudności z rozróżnianiem dobra i zła. Wszystko to prowadzi do agresywnych zachowań, kradzieży, aktów wandalizmu, obniżenia wieku inicjacji seksualnej oraz sięgnięcia po pierwszego papierosa i napoje alkoholowe.

W ostatnim czasie wzrosła liczba nadzorów kuratorskich i interwencji patroli policyjnych w sprawach młodzieży szkolnej z rejonu objętego projektem. Uczniowie śródmiejskich szkół wykazują się frekwencją niższą niż średnia frekwencja w pozostałych szkołach, szczególnie dotyczy to Szkoły Podstawowej nr 3 i Gimnazjum nr 9 (frekwencja odpowiednio 85,2% i 79,96% przy średnich miasta 90,97% i 86,08%, dane za rok szkolny 2010/2011). Znajduje to swoje odzwierciedlenie w nagannych ocenach zachowania, które w największym zakresie dotyczą zarówno szkół podstawowych, jak i gimnazjalnych z tej dzielnicy miasta.

Kontekst środowiskowy ma bezpośrednie przełożenie na wyniki w nauce, w tym na ▶



Nowy numer „Informatora Oświatowego”

Zapraszamy do lektury nowego numeru „Informatora Oświatowego – Biuletynu Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli” (1/2013). Jednym z tematów wiodących numeru są zagadnienia bezpieczeństwa i zdrowia.

[Więcej informacji](#)

► wyniki egzaminów zewnętrznych. Wszystkie szkoły usytuowane w Śródmieściu wypadają na testach gorzej niż pozostałe, ich wynik jest niższy niż średni wynik miasta. Szczególnie niepokojące na przestrzeni lat były rezultaty Szkoły Podstawowej nr 3 (stanin 1 – najniższy – w latach 2008 i 2009, stanin 2 – bardzo niski – w roku 2010) oraz Gimnazjów nr 6 i 9 (stanin bardzo niski z obu części egzaminu na przestrzeni kolejnych lat). Szkoły te przodują także w niechlubnych statystykach dotyczących uczniów niepromowanych i powtarzających klasę oraz posiadają najmniejszy odsetek uczniów promowanych z wyróżnieniem.

Władze samorządowe, wspierając działania szkół, od wielu lat podejmują przedsięwzięcia zmierzające do wyrównywania szans edukacyjnych uczniów z tego środowiska. Zrealizowane zostały znaczące inwestycje w zakresie doskonalenia bazy oświatowej, a w latach 2008–2010 przeprowadzono remont Szkoły Podstawowej nr 3. Dobre i ciągle polepszane warunki bazowe posiadają również pozostałe placówki tej dzielnicy – zachęcają, a nie zniechęcają uczniów. Przy Szkołach Podstawowych nr 3 i 10 powstały nowe boiska, a przy Szkole Podstawowej nr 10 funkcjonuje już plac zabaw zbudowany w ramach programu „Radosna Szkoła”. Trwa budowa kolejnego takiego placu przy Szkole Podstawowej nr 3. W ramach tego samego

programu wszystkie szkoły podstawowe zostały wyposażone w nowe wewnętrzne sale zabaw.

Ponadto, w ramach zrealizowanego przez samorząd projektu PO KL „E-usługi, e-organizacja”, Szkoły Podstawowe nr 3, 10 i 14 zostały wyposażone w dziesięć tablic interaktywnych. Do szkół Śródmieścia w pierwszej kolejności kierowane są środki na realizację wypoczynku zimowego i letniego. Organizacja pracy tych placówek uwzględnia szczególne potrzeby dzieci pod względem opieki świetlicowej (więcej grup) oraz liczebności uczniów (mniejsze oddziały). Szkoły usytuowane w tej dzielnicy brane są pod uwagę podczas rozważania możliwości udziału w programach wspierających rozwój ucznia. W ramach projektów „Lepsza przyszłość” i „Lepsza przyszłość – raz jeszcze” (POKL, działanie 9.1) oraz „Podnoszenie osiągnięć edukacyjnych uczniów szkół podstawowych województwa kujawsko-pomorskiego” przeprowadzono zajęcia dodatkowe nakierowane na podniesienie wyników w nauce.

Na zauważenie zasługuje także realizowany przez samorząd w latach 2007–2009 „Program na rzecz społeczności romskiej”, która zamieszkuje w środowisku śródmiejskim. Jego celem było przede wszystkim wsparcie dzieci romskich uczęszczających do

szkół, podwyższenie ich niskiej frekwencji i pomoc w realizacji obowiązku szkolnego. Zorganizowano zajęcia wyrównawcze, integracyjne, socjalizacyjne i wspomagające rozwój uczniów romskich. Ponadto program zakładał wyposażenie ich w podręczniki, przybory szkolne, stworzenie warunków pełnego i aktywnego uczestnictwa w zajęciach lekcyjnych, rozpoznawanie uzdolnień i talentów, troskę o ich właściwy rozwój oraz budowanie, wbrew funkcjonującym stereotypom, pozytywnego obrazu świata romskiego w lokalnej społeczności. Realizacja tego programu zakończyła się z powodu odpływu uczniów pochodzenia romskiego, którzy wyemigrowali z rodzinami lub ukończyli szkołę.

Geneza projektu „Bezpieczne szkoły Śródmieścia”

W roku szkolnym 2010/2011 dobiegły końca realizowane przez samorząd projekty unijne obejmujące szkoły podstawowe i gimnazja. W poszukiwaniu nowych możliwości nasze zainteresowanie wzbudził rządowy program ograniczania przestępczości i aspołecznych zachowań „Razem bezpieczniej”. W jego ramach zostały określone działania i kierunki aktywności, m.in. bezpieczeństwo w szkole. Odpowiadało to naszym potrzebom, a dodatkowo dawało możliwość pozyskania wsparcia finansowego na realizację projektu. ►



Organizacja wypoczynku dzieci i młodzieży szkolnej

Poradnik dla organizatorów, kierowników i wychowawców (z suplementem elektronicznym)

Krzysztof Rychlewski
Gdańsk: ODDK, 2011

W książce znajduje się m.in. opis wymaganych kwalifikacji i zakresu obowiązków kadry organizującej wypoczynek, plan pracy i plan finansowy. Czytelnicy zapoznają się także z wybranymi zagadnieniami dotyczącymi bezpieczeństwa w czasie wypoczynku.

Dołączony do książki suplement elektroniczny zawiera wszystkie formularze występujące w publikacji, m.in. formularze zgłoszeń wypoczynku dzieci i młodzieży, zakresy czynności kadry, kartę kwalifikacyjną uczestnika wypoczynku, regulamin kąpeli, protokół powypadkowy, a także formularze do obliczeń planu finansowego.

Źródło



▶ Wstępne zainteresowanie szkół przystąpieniem do projektu spotkało się z dużą zachętą ze strony wojewódzkiego koordynatora programu.

Szkoły Śródmieścia zostały wskazane jako ewentualni beneficjenci projektu. Późniejsze spotkanie z dyrektorami pięciu placówek i przedstawienie im możliwości udziału w przedsięwzięciu wzbudziło zdecydowane zainteresowanie i akceptację. Chęć działania wyraziły także rady pedagogiczne i całe społeczności szkolne.

Powołano pięć zespołów ds. opracowania i realizacji projektu. W skład tego gremium w każdej ze szkół weszli: przedstawiciele wychowawców klas I–III i IV–VI, pedagog, nauczyciel wychowania fizycznego, przedstawiciel rodziców, przedstawiciel uczniów. Pracami zespołu kierował koordynator. Pięciu szkolnych koordynatorów utworzyło zespół międzyszkolny. Do jego prac zostali zaproszeni przedstawiciele instytucji i organizacji działających na rzecz oświaty i bezpieczeństwa, którzy uczestniczyli w pracach na etapie planowania, a następnie realizacji projektu. Odpowiedzialność za sprawną realizację całego projektu, za kontakty z koordynatorem oraz z zewnętrznymi partnerami została scedowana na jedną osobę – dyrektora Szkoły Podstawowej nr 10. Opracowany wspólnie wniosek otrzymał pozytywną

ocenę koordynatora działań wojewódzkich w ramach programu „Razem bezpiecznej” i razem z rekomendacją został przesłany do MSWiA. Następnie uzyskał ostateczną akceptację i dofinansowanie.

Całkowity koszt projektu wynosił 200 tys. zł, z czego 50% stanowiła kwota dotacji, a pozostałe 100 tys. – wkład własny samorządu. W ramach tych środków zakupiono 10 wysokiej klasy kamer (po dwie dla każdej placówki), które zostały włączone do istniejącego systemu monitoringu zewnętrznego, 20 rowerów, 5 systemów radiowęzłów oraz sprzęt sportowy. Pokryto także wydatki związane z udziałem uczniów w różnego rodzaju imprezach i konkursach. Pracę nauczycieli wliczono jako koszt własny niepieniężny, co było niezwykle istotne w związku z rosnącymi budżetowymi ograniczeniami samorządu.

W realizację projektu włączyły się instytucje wspomagające proces wychowania, m.in. świetlice środowiskowe, miejscowe parafie, PTTK, ZHP, PCK, MOPR, WOPR, WORD, straż miejska, policja, Włocławskie Towarzystwo Siatkówki, uczniowie I Liceum Ogólnokształcącego, studenci Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej i Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej, sportowcy. Udział tych partnerów zakładał wysoki poziom i atrakcyjność realizacji wielu przedsięwzięć. Ponadto ich celem było utrwalenie

i zaktywizowanie działań różnych podmiotów na rzecz środowiska. Zaangażowanie organizacji i instytucji wspierających polegało na czynnym udziale w przeprowadzaniu lekcji, prelekcji, warsztatów i szkoleń, pokazów – np. ratownictwa wodnego, współorganizowaniu konkursów i przeglądów, zabezpieczaniu rajdów rowerowych i imprez plenerowych, udostępnianiu przez WORD miasteczka ruchu drogowego i specjalistycznych sal wykładowych. Współorganizatorzy dostarczyli także materiały edukacyjne, ufundowali nagrody i poczęstunek dla uczniów. Niezmiernie ważne było włączenie do projektu rodziców uczniów oraz zainteresowanie ich tą inicjatywą.

Szczegółowy opis założeń, najważniejszych działań i uczestników projektu

Poczucie bezpieczeństwa decyduje o jakości życia i rozwoju młodego człowieka. Dlatego stworzenie bezpiecznych warunków funkcjonowania szkół i wychowanie dla bezpieczeństwa jest zasadniczym zadaniem szkoły i organu prowadzącego. Priorytetowymi celami projektu „Bezpieczne szkoły Śródmieścia” było ograniczenie skali zjawisk i zachowań, które budzą powszechny sprzeciw i poczucie zagrożenia, wzrost poczucia bezpieczeństwa wśród uczniów, zapobieganie przestępczości i aspołecznym zachowa-

Akcja informacyjna – **NIE dla czadu**

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Komenda Główna Państwowej Straży Pożarnej rozpoczęły kampanię informacyjną **NIE dla czadu**. Akcja ma na celu edukację w kwestii zagrożeń, jakie niesie za sobą nieprawidłowe używanie piecyków gazowych i urządzeń grzewczych, które w konsekwencji może prowadzić do śmiertelnych zatruc tlenkiem węgla. Podczas dwóch poprzednich sezonów grzewczych (listopad–marzec) tlenek węgla zabił w sumie 217 osób, a prawie 4 tys. osób było poszkodowanych. Akcja informacyjna potrwa do marca 2013 r., czyli do końca sezonu grzewczego.

Wszelkie niezbędne materiały edukacyjne zawierające m.in. informacje o tym jakie są pierwsze objawy zatrucia, jak pomóc osobie, która ulegnie zatruciu czadem oraz wskazówki, co zrobić, aby ustrzec się przed zatruciem tlenkiem węgla dostępne są na stronach [Ministerstwa Spraw Wewnętrznych](#) i [Komendy Głównej Straży Pożarnej](#). Zostały one także udostępnione za pośrednictwem strony Kuratorium Oświaty w Warszawie.

Źródło

niom, a przez to poprawa wizerunku szkół funkcjonujących w Śródmieściu oraz aktywizacja lokalnych partnerów. Założeniem było osiągnięcie powyższych celów poprzez podniesienie świadomości uczniów i rodziców w zakresie przyczyn przemocy. Dodatkowo autorzy projektu dążyli do kształtowania przekonania o konieczności walki z agresją, rozwoju wychowawczych kompetencji rodziców i nauczycieli oraz zaktywizowania środowiska lokalnego na rzecz przeciwdziałania negatywnym zjawiskom, np. poprzez stworzenie uczniom wzorców postępowania, wskazanie alternatywy dla zachowań agresywnych czy przebywania na ulicy z powodu braku innych zajęć. Starano się wskazywać uczniom możliwości organizowania czasu wolnego zgodnie z zainteresowaniami oraz zasadami bezpiecznego i zdrowego stylu życia.

Realizacja projektu wymagała szczególnie starannego doboru metod i form pracy, aby zainteresować i zachęcić uczniów. W tym celu zostały wykorzystane różne strategie i metody oddziaływań profilaktycznych, które miały na celu nauczanie młodych ludzi umiejętności psychologicznych i społecznych, istotnych w podejmowaniu bezpiecznych decyzji, np. radzenia sobie ze stresem, odpierania nacisków otoczenia, nieagresywnych metod rozwiązywania konfliktów. Cele te realizowane były za sprawą szeregu

spotkań edukacyjnych i pogadanek ze specjalistami, terapeutami oraz sportowcami. Kolejną metodą była strategia alternatyw, polegająca na proponowaniu różnych zajęć o pozytywnym charakterze i angażowaniu w nie młodych ludzi. Mają oni w ten sposób szansę na zaspokojenie (choć częściowe) swoich podstawowych potrzeb emocjonalnych, realizację ważnych celów oraz naukę radzenia sobie z życiowymi trudnościami. Działania zaplanowane i zrealizowane w ramach projektu skupiały się wokół następujących haseł tematycznych: „Sportem zwalczamy agresję”, „Żyj z pomysłem”, „Zielone światło dla bezpieczeństwa” i „Twój wybór, Twoje życie”.

Sport to forma rozładowania złych emocji, radzenia sobie w trudnych sytuacjach, walka z własnymi słabościami. W ramach przedsięwzięć sportowych zaplanowano międzyszkolną olimpiadę sportową. Jej realizacja przebiegała przy współudziale szkół sieci „Kujawy”, współpracujących w ramach programu Centrum Edukacji Obywatelskiej – SUS. Przeprowadzono także turniej siatkówki halowej oraz rozgrywki siatkówki plażowej pod nazwą *Plaża miejska*. Odbył się ponadto turniej o Puchar Proboszcza Parafii pw. Najświętszego Zbawiciela i szkolne olimpiady sportowe. Ważnym wydarzeniem było spotkanie z popularnymi lokalnymi sportowcami, którzy stanowią autorytet i wzór dla

wielu uczniów. Koszykarze Anwilu Włocławek, Aneta Szczepańska – srebrna medalistka w judo z olimpiady w Atlancie – i inni sportowcy rozmawiali z młodymi ludźmi na temat roli sportu w życiu człowieka, pokonywaniu negatywnych emocji i radzeniu sobie z przegraną.

W ramach poddziałania „Żyj z pomysłem” w każdej szkole został założony radiowęzeł zakupiony z funduszu projektowego oraz powołano zespoły uczniowskie do realizacji szkolnych audycji. Mali redaktorzy zrealizowali programy na temat zachowań asertywnych, przeprowadzili wywiady z osobami, które znalazły sposób na pokonanie agresji, i udzielali porad. Szczególnym zainteresowaniem cieszyło się *Moje pięć minut*, czyli prezentacja zainteresowań i talentów uczniów, nauczycieli, rodziców i dziadków. Realizacja tego pomysłu wpisała się w ogłoszony przez MEN Rok odkrywania talentów, a następnie Rok szkoły z pasją. Szkolne zespoły redakcyjne odwiedziły studio lokalnej rozgłośni radiowej Radio Gra, gdzie otrzymały od pracowników wiele praktycznych rad. W ocenie dyrektorów pomysł zainstalowania szkolnego radia był bardzo trafiony, wzbudził duże zainteresowanie i stale przyciąga uczniów chętnych do działania.

Udział w zajęciach parafialnych grup artystycznych to również przykład interesującej ▶



Wychowanie fizyczne w szkole

Poradnik dla nauczyciela

Mariusz Berczyński

Warszawa: ORE, 2012

Zapraszamy do lektury nowej publikacji ORE *Wychowanie fizyczne w szkole. Poradnik dla nauczyciela*. Jednym z tematów omówionych w poradniku są zagadnienia dotyczące bezpiecznej aktywności fizycznej.

Książka powstała w ramach projektu „Wdrożenie podstawy programowej kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół, ze szczególnym uwzględnieniem II i IV etapu edukacyjnego”.

[Publikacja do pobrania](#)

► formy spędzania wolnego czasu. Dużą popularnością cieszył się konkurs *Mam Talent*, podczas którego uczniowie ze wszystkich szkół biorących udział w projekcie mieli okazję do zaprezentowania swoich uzdolnień wokalnych, tanecznych lub innych. Przegląd talentów miał miejsce także podczas dużej imprezy *Młodzi z Mikołajem na rzecz bezpieczeństwa*, kiedy uczniowie w świątecznych okolicznościach prezentowali swoje umiejętności plastyczne, literackie, wokalne, taneczne i sportowe. Wszyscy rywalizowali przy kulturalnym, gorącym dopingiu. Na uczestników czekały nagrody i dyplomy.

Placówki objęte projektem znajdują się w centrum miasta, ważnym problemem jest więc bezpieczeństwo uczniów w drodze do szkoły i do domu. W związku z powyższym, realizacja zadań związanych z wychowaniem komunikacyjnym jest niezwykle istotna, ponieważ przyczynia się do wykształcenia odpowiedzialnych użytkowników dróg. W ramach „Zielonego światła dla bezpieczeństwa” opracowano i przeprowadzono programy szkoleniowe dla uczniów w zakresie bezpiecznego poruszania się po ruchliwych ulicach centralnej dzielnicy miasta (szczególnie w okresie wzmózonych remontów ulic), korzystania z komunikacji miejskiej, udzielania pierwszej pomocy. Zajęcia odbywały się zarówno w szkołach, na zajęciach techniki i godzinach z wychowawcami,

jaki i poza zajęciami – z udziałem policjantów i przedstawicieli PCK oraz w siedzibie Wrocławskiego Ośrodka Ruchu Drogowego. Atrakcyjną dla uczniów formą rozmów o bezpieczeństwie komunikacyjnym była autokarowa wycieczka wrocławskimi ulicami, zorganizowana przez policjantów z Wydziału Ruchu Drogowego. Ciekawe były także spotkania z dogoterapeutą i trenerami psów, którzy mówili o bezpiecznych zachowaniach w kontaktach z psem.

Bardzo ważnym elementem projektu była edukacja medyczna. Podczas szkoleń uczniowie nabyli podstawowych umiejętności z zakresu udzielania pierwszej pomocy. Dowiedzieli się, jak w bezpieczny sposób ratować życie osobom poszkodowanym w wypadkach, jak się zachować, gdy sami muszą udzielić sobie podstawowej pomocy medycznej oraz jak w takich sytuacjach powinna wyglądać współpraca ze służbami alarmowymi.

Zadania do realizacji w obszarze profilaktyki uzależnień pod hasłem „Twój wybór, Twoje życie” obejmowały warsztaty dla rad pedagogicznych, rodziców i uczniów przeprowadzone z udziałem specjalistów z policji i PCK. Uczniowie i rodzice dyskutowali także z przedstawicielem straży miejskiej o zasadach i celowości działania miejskiego monitoringu oraz jego wpły-

wie na wzrost poczucia bezpieczeństwa w centrum miasta. Temat bezpieczeństwa w sieci był podejmowany z kolei przez prelegentów podczas debaty zorganizowanej w WSHE, w której uczestniczyli nauczyciele ze szkół biorących udział w projekcie. Ponadto wszyscy uczniowie starszych klas szkół podstawowych i gimnazjaliści zostali zapoznani z odpowiedzialnością nieletnich wynikającą z przepisów prawa – spotkania przeprowadzili policjanci, strażnicy miejscy i prokurator. Podsumowaniem tych działań był spektakl profilaktyczny zaprezentowany przez teatr Maska z Krakowa i sesja plakato-wa na temat uzależnień, połączona z wystawą prac konkursowych uczniów klas V–VI szkół podstawowych i I–III gimnazjum.

Uczniowie chętnie dzielili się swoją wiedzą dotyczącą zagadnień omawianych podczas realizacji projektu „Bezpieczne szkoły Śródmieścia”. Wypowiadali się na te tematy w szkolnych czasopismach „Wykrzyknik” i „Rady i Porady” – pisali reportaże, felietony, sprawozdania, opowiadania, limeryki, wiersze i fraszki.

Efekty i osiągnięte cele projektu, trudności w ramach jego realizacji

Na początku 2012 r. podsumowaliśmy realizowany projekt – najpierw w zespole roboczym, a następnie z udziałem uczniów, ►



IX Ogólnopolska Konferencja Penitencjarna *Pozytywne programy oddziaływań i ochrony przed przestępczością zorganizowaną*

14 marca odbyła się IX Ogólnopolska Konferencja *Penitencjarna Pozytywne programy oddziaływań i ochrony przed przestępczością zorganizowaną*. Konferencja poświęcona była analizie i promocji przedsięwzięć przeciwdziałających patologicznym zachowaniom młodych ludzi i zgromadziła m.in. przedstawicieli wielu instytucji rządowych, samorządowych, sądownictwa, policji, szkół i placówek oświatowych, uczelni wyższych.

[Więcej informacji](#)

▶ rodziców i przedstawicieli instytucji oraz organizacji współpracujących ze szkołami w realizacji zadań. Wykorzystane zostały w tym celu wnioski pedagogów, strażników miejskich i policjantów pochodzące z bieżącej obserwacji zachowań uczniów i liczby interwencji oraz porównawcza analiza efektów edukacyjno-wychowawczych. Pomimo działań zmierzających w kierunku stworzenia podłoża do pozytywnych zachowań społecznych, trudno na tym etapie mówić o realnej poprawie.

Dobrym przykładem może tu być przypadek Gimnazjum nr 9, gdzie aż trzykrotnie została przeprowadzona akcja ewakuacyjna z powodu anonimowej informacji o podłożeniu materiałów wybuchowych. Mimo że nie można jeszcze mówić o pozytywnych zmianach w ujęciu statystycznym, projekt miał wpływ na zachowanie konkretnych jednostek. Zauważono, że u niektórych uczniów nastąpiła poprawa zachowania wynikająca z ich uczestnictwa w zajęciach integracyjnych i edukacyjnych.

Wydaje się, że program poprawił wspólne poczucie bezpieczeństwa i pomógł tymczasowo zapewnić części uczniów alternatywę dla zachowań aspołecznych oraz wyrwać ich ze środowisk patologicznych. Rozmiary projektu nie pozwoliły dotrzeć do poważnych problemów uczniów sprawiających

największe trudności wychowawcze (kłopoty w środowisku rodzinnym, problemy osobowościowe).

Uczniowie w ankietach bardzo pozytywnie ocenili przedsięwzięcia, w których brali udział, a szczególnie zapamiętali duże imprezy sportowe i zajęcia ze służbami mundurowymi. Dzieci i młodzież deklarują zwiększenie poczucia bezpieczeństwa, jak również pozytywny wpływ projektu na własne zachowanie.

Zmiany u uczniów potwierdzili także pedagodzy. Z punktu widzenia założeń projektu, oprócz opinii młodzieży, istotna jest ocena społeczna całego przedsięwzięcia, która potwierdziła widoczny sens przeprowadzonych działań. Nastąpił wzrost świadomości w zakresie zagrożeń i ich zwalczania oraz zbudowano przekonanie o potrzebie wspólnej walki z ich przejawami.

Wśród dzieci i młodzieży oraz osób dorosłych zwiększyła się odpowiedzialność za własne postępowanie i podejmowane decyzje, zostały wskazane sposoby bezpiecznego spędzania czasu, zaktywizowano rodziców poprzez czynne włączenie ich w realizację projektu jako adresatów wielu działań, np. warsztatów i szkoleń na temat profilaktyki i udzielania pierwszej pomocy, czy odbiorców wytworów przygotowanych

przez dzieci, np. spektakli, rozgrywek sportowych. Nadal pozostaje jednak duży odsetek rodziców biernych – szkołom zależy na nich najbardziej, są jednak problemy z dotarciem do nich.

Cennym efektem projektu jest utrwalenie i rozszerzenie dotychczasowych form współpracy w środowisku lokalnym między szkołami, instytucjami i organizacjami działającymi na rzecz bezpieczeństwa dzieci i młodzieży. Szczególne zacieśnienie relacji nastąpiło pomiędzy społecznościami szkolnymi, także na poziomie kadry pedagogicznej. Udział kilku szkół funkcjonujących w jednym środowisku w projekcie „Razem bezpieczniej” pozwolił na wymianę doświadczeń, przepływ niezbędnych informacji oraz integrację dzieci i młodzieży mieszkających obok siebie. Uczestnicy projektu podkreślali konieczność kontynuacji i utrwalania działań wspólnot szkolnych, uczniów, nauczycieli, rodziców i otaczającego środowiska w obszarze budowania systemu przeciwdziałania przemocy w celu dążenia do zmiany postaw młodzieży i wizerunku środowiska szkolnego Śródmieścia.

Cenną wartością realizowanego przedsięwzięcia była wyzwolona aktywność, która doprowadziła do odkrycia nowych możliwości działań nieprzewidzianych we wniosku. Projekt został wzbogacony o współudział ▶



Programy profilaktyczne

Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki

Joanna Szymańska
Warszawa: ORE, 2012

Wydział Wychowania i Profilaktyki rekomenduje szkołom i placówkom oświatowym oraz samorządom wydanie elektroniczne poradnika *Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki* autorstwa Joanny Szymańskiej. Obecna rozszerzona wersja uwzględnia najważniejsze „nowości” profilaktyczne. Znajdą w niej Państwo między innymi informacje o czynnikach ryzyka, czynnikach chroniących i zjawisku odporności, nową klasyfikację i definicje poziomów profilaktyki, a także omówienie warunków skuteczności programów wdrażanych w szkołach. Zachęcamy do lektury!

[Publikacja do pobrania](#)

▶ w kampanii „Rowerowy Włocławek” w ramach Europejskiego Tygodnia Zrównoważonego Transportu, którego organizatorami były Włocławska Informacja Turystyczna, Komenda Miejska Policji i Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa. Uczniowie włączyli się także do ekologicznego happeningu z okazji „Dnia bez samochodu”. Towarzyszyło temu wiele przedsięwzięć, m.in. konkursy wiedzy i sprawnościowe. Uczniowie zaprojektowali liczne transparenty i ulotki kierowane do mieszkańców miasta, wykonali prace plastyczne przedstawiające pomysły na ekologiczny pojazd. Do ściślejszej współpracy ze szkołami w realizacji projektu włączyła się Włocławska Informacja Turystyczna, np. poprzez zorganizowanie wycieczki z przewodnikami ulicami Śródmieścia. Uczniowie odkryli historię i bogactwo miejsc, które mijają codziennie w drodze do szkoły. Innym przykładem dodatkowych inicjatyw był udział dzieci w przeglądzie spektakli profilaktycznych przygotowanych przez grupy teatralne szkół ponadgimnazjalnych w ramach programu „Razem bezpieczniej”. Ich kontynuacją były zajęcia z uczniami przeprowadzone przez wychowawców i pedagogów.

Realizacja projektu przyniosła pozytywne efekty, ponieważ dała impuls do kontynuacji działań z większym zaangażowaniem ze strony szkół oraz ze współudziałem środo-

wiska lokalnego. Pomimo że program się zakończył, pozostały nawiązane międzyskolne i środowiskowe kontakty, które funkcjonują i przynoszą kolejne wspólne przedsięwzięcia, co jest naprawdę budujące. Oczywiście organ prowadzący monitoruje je, sugeruje możliwości udziału w inicjatywach organizowanych przez instytucje miejskie, wspiera je organizacyjnie i finansowo. Każda szkoła w 2012 r. podjęła indywidualnie szereg działań będących kontynuacją zrealizowanego programu.

Rekomendacje dla samorządów, stojących wobec problemu obniżającego się bezpieczeństwa w szkołach

Organ prowadzący, nie tylko z ustawowego obowiązku, nie może stać obojętnie wobec problemu obniżającego się bezpieczeństwa w szkołach. Dostrzegamy wagę edukacji dla bezpieczeństwa z punktu widzenia wyrównywania szans edukacyjnych uczniów z najbardziej zaniedbanych rejonów. Pragniemy, aby nasi młodzi mieszkańcy odczuwali coraz wyższą jakość życia, ale także mieli świadomość współodpowiedzialności za jej tworzenie. Prewencyjne działania na rzecz dzieci i młodzieży ze środowisk ubogich, w celu zapobiegania ich wykluczeniu społecznemu, to jedno z najważniejszych zadań szkoły i organu prowadzącego.

Każda placówka, realizując program wychowawczy, regularnie organizuje zajęcia profilaktyczne z zakresu umiejętności psychologicznych i społecznych oraz radzenia sobie z agresją i przemocą. Praktyka pokazuje, że działania wewnątrzszkolne są niewystarczające. Aby zmienić istniejący stan rzeczy, należy stworzyć system, włączyć do niego jak najszerszy krąg pozaszkolnych sojuszników. Istotne jest, aby szkoła nie pozostawała sama ze swoimi problemami, a odczuwała zainteresowanie i wsparcie także ze strony organu prowadzącego. Niedopuszczalne jest poddawanie trudnych środowisk szkolnych publicznym ocenom, negatywnym rankingom, ponieważ może to doprowadzić do ich całkowitego odizolowania i wycofania.

Pomimo nieznacznych zmian w postawach i zachowaniu uczniów na skutek realizacji programu, włocławski samorząd zamierza ponownie opracować program dla szkół Śródmieścia na rok szkolny 2012/2013. Będzie on zrealizowany niezależnie od dofinansowania, ponieważ wszyscy organizatorzy i współorganizatorzy działań w ramach projektu wierzą, że kropla drąży skałę.

Bożena El-Maaytah



Bożena El-Maaytah

Posiada 28-letni staż pracy na różnych stanowiskach związanych z oświatą – od nauczyciela po dyrektora Wydziału Edukacji. Nauczyciel dyplomowany.

W latach 1998–2008 wizytator Kuratorium Oświaty we Włocławku, później w Bydgoszczy – Delegatura we Włocławku. Od września 2008 r. Naczelnik Wydziału Oświaty Sportu i Turystyki, a następnie Dyrektor Wydziału Edukacji Urzędu Miasta Włocławek.

Jej nazwisko pochodzi od męża Jordańczyka, obecnie obywatela Polski, który także jest związany z oświatą – pracuje jako nauczyciel języka angielskiego.

Wewnętrzna polityka bezpieczeństwa

Akty prawne orężem w walce z falą wykroczeń, przestępczości i wypadków w szkołach w przykładzie Wielkiej Brytanii

„Naszym celem jest uwolnić firmy od ciężaru biurokracji, obaw przed poniesieniem nieuzasadnionych odszkodowań czy opłat prawnych. Oznacza to nade wszystko powrót do stosowania kryterium zdrowego rozsądku nie tylko w przypadku odszkodowań, ale codziennych decyzji”
(Young, 2010).

Wielka Brytania to europejski Nowy Jork, tygiel kulturowy łączący nacje całego świata, z dużym udziałem ekonomicznych uchodźców z najbiedniejszych krajów Azji oraz Europy wschodniej i centralnej. Jakie miejsce w tej skomplikowanej układance zajmują dziecko i edukacja?

Szkolnictwo brytyjskie wpasowane jest w sieć ściśle współpracujących instytucji, czerpie z wiedzy i doświadczenia specjalistów do spraw nauczania, zdrowia, pomocy społecznej, policji czy instytucji biznesowych. Dokłada się wszelkich starań, aby szkoły przygotowały człowieka funkcjonującego w realnym społeczeństwie, a nie mnożyły bezduszne sprawozdania i wyjaśnienia absurdalnych sytuacji, które wymagają refleksji, a nie ślepego podążania za literą prawa.

W związku z licznymi pozwami przeciwko nauczycielom i szkołom, Brytyjczycy coraz częściej zwracają uwagę na kwestię rozszerzenia uprawnień nauczycieli w zakresie opieki nad dziećmi i młodzieżą oraz apelują o zdroworozsądkowe podejście do oceny

sytuacji. W poniższym opracowaniu skupimy się na wybranych regulacjach prawnych wyznaczających podstawy do tworzenia wewnątrzszkolnych procedur w szkołach dla młodzieży w wieku 16–19 lat oraz próbach dyscyplinowania rodziców.

System edukacji

W Zjednoczonym Królestwie nie istnieje jeden centralny system: Anglia, Szkocja, Walia i Irlandia Północna wypracowały odrębne zasady, co oznacza funkcjonowanie w nich nieco innych typów placówek oraz odmienny system ich nadzorowania. Za edukację w Anglii odpowiadają dwie instytucje: DCSF – Ministerstwo ds. Dzieci, Szkolnictwa i Rodziny oraz BIS – Ministerstwo ds. Biznesu, Innowacji i Umiejętności, w Walii zaś jest to

Ministerstwo ds. Dzieci, Edukacji, Kształcenia Ustawicznego i Umiejętności (DCELLS). Dla potrzeb artykułu ograniczymy się do angielskich szkół dla młodzieży w wieku 16–19 lat, czyli odpowiedników polskich szkół ponadgimnazjalnych. W odróżnieniu od Polski, obowiązek szkolny w Wielkiej Brytanii dotyczy tylko młodzieży, która nie ukończyła 16. roku życia.

Obowiązek szkolny, typy szkół

Brytyjczycy utworzyli szereg instytucji i aktów prawnych, których działalność statutowa obejmuje m.in. zapisy o wspieraniu placówek szkolnych i wychowawczych. Szkoła otrzymuje więc przede wszystkim pomoc w formie regulacji zawartych w porozumieniach pomocy społecznej (Public Service ►



Kluczowe dane o edukacji w Europie 2012

Polska wersja raportu *Key Data on Education in Europe 2012* – wydanej w lutym tego roku flagowej publikacji Sieci przedstawiającej najważniejsze zmiany w europejskich systemach edukacji w ostatniej dekadzie.

► Agreements – PSAs), opiekę ze strony Wydziału Edukacji (Department for Education), centrów szkoły i rodziny (Schools and Families DCSFs), Urzędu Spraw Wewnętrznych (Home Office) oraz Ministerstwa Zdrowia (Department of Health).

Polityka bezpieczeństwa w placówce

W 2012 r. Wydział Edukacji opublikował dokument zatytułowany *Health & Safety Advice on legal duties and powers for local authorities, school leaders, school staff and governing bodies* (Porady w zakresie zdrowia i bezpieczeństwa dla władz lokalnych, dyrektorów i pracowników szkół oraz organów zarządczych), w którym zaproponowano szereg działań mających na celu uproszczenie systemu – szczególnie legislacji – w zakresie bezpieczeństwa i ochrony uczniów. W rezultacie zweryfikowano obowiązujące prawo oraz ponownie wyjaśniono nauczycielom błędnie pojmowane lub sporne regulacje, wskazano także skuteczne instrumenty działania, co pozwoliło odciążyć grona pedagogiczne od przygotowywania zbędnej dokumentacji uzasadniającej wszelkie podejmowane kroki dotyczące sprawowania opieki nad młodzieżą.

W świetle dokumentu każdy pracodawca – również dyrektor szkoły – jest zobowiązany do opracowania *health and safety policy*,

czyli wewnętrznej polityki bezpieczeństwa opisanej na ujednoliconej dwustronicowej formacie. Do obowiązków pracodawcy należą m.in. troska o zdrowie i bezpieczeństwo pracowników oraz osób korzystających z usług placówki, współpraca z pracownikami w zakresie zdrowia i bezpieczeństwa, odpowiednie przeszkolenie kadry oraz zlecenie im zadań stosownie do predyspozycji i posiadanych kwalifikacji. Pracownicy natomiast zobowiązani są do informowania o każdej sytuacji stanowiącej zagrożenie, tak by możliwe było podjęcie natychmiastowych kroków. Narzucony urzędowo format wewnętrznego dokumentu obowiązującego we wszystkich szkołach zawiera informację o rodzaju działania, nazwisko odpowiedzialnej za nie osoby oraz formę realizacji wybraną przez daną placówkę. Jako przykładowe działania warto wymienić eksponowanie plakatów informujących o ochronie zdrowia i przestrzegających przed niebezpieczeństwem, konsultowanie się z pracownikami w sprawie warunków i bezpieczeństwa pracy, udzielanie rad i nadzorowanie zdrowia zawodowego. Druga strona dokumentu zawiera ocenę ryzyka w danym miejscu pracy, której dokonują wszyscy zatrudnieni. Warto zauważyć, że zapis nie przypomina skostniałych procedur, ale interpretuje obowiązujące prawo w kontekście danej szkoły czy fragmentu dokumentu.

Sprawowanie opieki nad dziećmi i młodzieżą

Ustawodawstwo angielskie zakłada, że nauczyciele oraz inny personel szkoły mają obowiązek sprawowania nad dzieckiem – w trakcie jego pobytu w szkole – takiej samej opieki jak prawni opiekunowie. Muszą oni więc posiadać wiedzę na ten temat. Decyzję o odpowiednim doskonaleniu podejmuje dyrektor szkoły, bazując na swoich obserwacjach. Warto dodać, że nie istnieje system obligatoryjnych szkoleń w tej dziedzinie.

Przeszukiwanie i konfiskata własności

W 2011 r. Department for Business Education & Skills, odpowiedzialny za różnego rodzaju szkoły ponadgimnazjalne, ukierunkowane na przygotowanie do podjęcia dalszej nauki lub wstępne kształcenie konkretnych kwalifikacji zawodowych, opublikował tekst *Screening, searching and confiscation* obejmujący wytyczne dotyczące sprawowania nadzoru i możliwości przeszukiwania uczniów oraz należących do nich biurek, szafek, toreb czy ubrań. Zezwala on nauczycielom na monitorowanie i przeszukiwanie uczniów (nie zawsze za ich zgodą) oraz konfiskowanie niedozwolonych przedmiotów. O ile istnieją realne przesłanki, że ktoś ukrywa jeden z niedozwolonych przedmiotów, zgoda nie jest wymagana, a przeszukiwanie dokonuje dyrektor lub upoważniona przez niego osoba. Na ►



Informacja o materiałach na temat przestrzegania zasad obowiązujących na sprawdzianie i egzaminach

Centralna Komisja Egzaminacyjna opracowała materiały dotyczące przestrzegania zasad obowiązujących na sprawdzianie (dla uczniów klasy VI szkoły podstawowej), egzaminie gimnazjalnym (dla uczniów klasy III gimnazjum) i egzaminie maturalnym (dla uczniów ostatniej programowo klasy szkoły ponadgimnazjalnej).

Dla każdej z określonych powyżej trzech grup odbiorców zostały przygotowane plakat przedstawiający podstawowe zasady, które powinny być przestrzegane na sprawdzianie i egzaminie oraz propozycja scenariusza zajęć do wykorzystania podczas zajęć z wychowawcą.

[Więcej informacji](#)

► liście przedmiotów zabronionych znajdują się noże, broń, narkotyki i przedmioty pochodzące z kradzieży. Uczniowie, którzy nie ukończyli 18. roku życia, nie mogą posiadać także wyrobów tytoniowych, fajerków, materiałów pornograficznych i alkoholu.

Przeszukanie ucznia możliwe jest również w sytuacji, gdy zachodzi jedynie podejrzenie, że dana osoba posiada przedmioty, które mogły/mogą zostać wykorzystane do popełnienia zbrodni, zniszczenia mienia lub wyrządzenia krzywdy osobie trzeciej czy sobie. Rewizji dokonuje dyrektor lub uprawniony personel. W przypadku znalezienia wspomnianych własności, mogą one zostać skonfiskowane przez szkołę. Przeszukanie odbywa się według ogólnie ustalonych zasad, wśród których odnajdziemy obecność świadka (innego pracownika szkoły, tej samej płci) oraz brak konieczności zdejmowania odzieży noszonej bezpośrednio na ciele lub bieliznie.

Odstępstwem od tej reguły jest sytuacja zagrożenia zdrowia lub życia: osoba decydująca o konieczności przeszukania dokonuje racjonalnego osądu i może wezwać świadka przeciwnej płci lub zrezygnować z niego zupełnie. Z uwagi na towarzyszące takim sytuacjom niedomówienia, zaleca się jednak powoływanie świadków do każdej kontroli, co chroni szkołę i nauczyciela w razie

ewentualnych roszczeń ze strony rodziców i uczniów.

Bramki i wykrywacze metalu

W celu zapewnienia bezpieczeństwa uczniom i pracownikom, placówki edukacyjne mogą instalować bramki lub stosować przenośne detektory do wykrywania metalu oraz wykorzystywać je niezależnie od sytuacji i bez zgody przeszukiwanego. Do tego zadania również oddelegowuje się upoważnionych nauczycieli. Co ważne, *Health and safety legislation* nakłada na dyrektorów obowiązek sformułowania kodeksu bezpieczeństwa w taki sposób, by móc jednoznacznie eliminować przestrzeń na niedomówienia czy błędną interpretację zasad przez ucznia, np. w przypadku, gdy ten odmawia poddania się skanowaniu detektorem itd.

Przeszukanie w nietypowych okolicznościach

Mimo surowości, dokument *Health and safety legislation* pozostaje w zgodzie z Europejską Konwencją Praw Człowieka, zapewniającą poszanowanie własności również dzieciom, ponieważ wyznacza granice odpowiedzialności i stosowności wprowadzanych sankcji i regulacji. Uprawniony przez dyrektora pracownik może w uzasadnionych

przypadkach przeszukać ucznia za jego zgodą i nie wymaga się w tym przypadku zgody wyrażonej na piśmie. Popularną metodą jest prośba o opróżnienie kieszeni lub torby. Konsekwencje wyciągane w razie odnalezienia niedozwolonych przedmiotów powinny być zgodne z obowiązującym wewnętrznym kodeksem bezpieczeństwa. Osobą upoważnioną do dokonywania wymienionych wyżej czynności prewencyjnych może być pracownik pedagogiczny, któremu przysługuje jednak prawo odmowy sprawowania tej funkcji. Zadanie to wolno również zlecić ochronie, ale nie ma przyzwolenia na angażowanie osób spoza szkoły. Decyzja wymaga zatem głębszej refleksji ze strony dyrektora placówki, który bierze całkowitą odpowiedzialność za wybór odpowiedniej osoby oraz jej właściwe przeszkolenie.

W sytuacji, gdy konieczne jest przeszukanie bez zgody wychowanka szkoły, muszą zaistnieć realne przesłanki wskazujące na posiadanie przez niego niedozwolonych przedmiotów. Oceny sytuacji dokonuje upoważniona osoba, np. na podstawie informacji o możliwym zagrożeniu przekazanej przez innych uczniów lub stwierdzeniu podejrzanego zachowania. Na uwagę zasługuje fakt, że nie wyciąga się konsekwencji, gdy podejrzenie okaże się niesłuszne, czego obawiają się nauczyciele przed podjęciem szczególnie radykalnej interwencji. Z tego ►



Chrońmy dane naszych uczniów i pracowników – konsultacje dla dyrektorów placówek oświatowych oraz nauczycieli

8 marca odbyły się otwarte konsultacje dla dyrektorów placówek oświatowych i zainteresowanych nauczycieli *Chrońmy dane naszych uczniów i pracowników* (w ramach projektu *GLODO Twoje dane – Twoja sprawa*). Spotkanie zostało zorganizowane z inicjatywy Kuratorium Oświaty w Warszawie i Ośrodka Edukacji Informatycznej i Zastosowań Komputerów.

W pierwszej części spotkania ogłoszono wykład *Obowiązki szkoły w związku z ochroną danych osobowych*. W dalszej kolejności, po wykładzie odbywały się indywidualne spotkania z dyżurującymi specjalistami, którzy udzielali wyjaśnień na pytania z zakresu ochrony danych osobowych.

Źródło

▶ względu prawo zezwala na weryfikację podejrzeń poprzez obejrzenie zapisu z kamery.

Wobec tego, czy nauczyciel stosujący nieco subiektywne kryterium oceny stopnia zagrożenia, który w rezultacie przeszukania skonfiskował jakieś przedmioty, może obawiać się oskarżenia ze strony rodziców lub pełnoletnich uczniów?

Jak już wspomniano, dyrekcja szkoły odpowiada za stworzenie klarownych procedur oraz właściwe przeszkolenie swoich pracowników. Jeśli działania podjęte w celu w zapewnienia bezpieczeństwa (konfiskata niebezpiecznych przedmiotów) pozostały w zgodzie z prawem, a uczeń lub rodzic postawi zarzut o nieuzasadnione skonfiskowanie czy zniszczenie mienia, nauczyciel w Wielkiej Brytanii otrzymuje ochronę prawną.

Kolejną kwestią sporną jest przeszukiwanie i konfiskata mienia bez zgody ucznia. Prawo brytyjskie mówi, że po przeszukaniu uczniów poniżej 18. roku życia i odebraniu im alkoholu, fajerwerków bądź wyrobów tytoniowych, szkoła może te własności przechowywać, zneutralizować lub wyrzucić (nadrzędną zasadą zawsze jest jednak dopilnowanie, by nie zwrócono ich osobie niepełnoletniej). Jeśli pochodzą one z kradzieży lub jest to broń, zatrzymane mienie przekazuje się policji.

Good reason, czyli wołanie o zdrowy rozsądek

Ciekawostką jest wprowadzenie terminu *good reason* (dobry powód/dobre uzasadnienie), który ma wyznaczać kierunek podejmowanych przez szkołę działań i dotyczy np. przekazywania skonfiskowanego mienia policji. Policja nie musi, a wręcz nie powinna być informowana o przypadkach kradzieży małowartościowych przedmiotów.

Jeszcze dalej idącą refleksją należy się wykazać przy odbieraniu urządzeń elektronicznych, ponieważ osobie przeszukującej przysługuje prawo przeglądania danych oraz ich zniszczenia, jeśli znajdzie ku temu *stosowny powód*, po wcześniejszym odrzuceniu konieczności zachowania sprzętu w celu przedstawienia go w sądzie jako dowodu w sprawie.

Czy działania te odbywają się bez wiedzy rodziców? By móc podejmować właściwie, natychmiastowe decyzje zapewniające bezpieczeństwo całej szkolnej społeczności, w sytuacji zajścia nie informuje się rodziców o podejmowanych krokach (dotyczy to osób, które nie ukończyły 18. roku życia). Niemniej jednak, choć prawo tego wyraźnie nie nakazuje, wiele szkół prowadzi wewnętrzny rejestr omawianych wyżej przypadków i informuje opiekunów o wszystkich zajściach.

CCTV – wielki brat w szkole

Podobnie jak w Polsce, brytyjskie szkoły korzystają z prawa instalowania kamer w celu poprawy bezpieczeństwa oraz rejestrowania najbardziej niepokojących zjawisk. System kamer przemysłowych CCTV zdominował życie Brytyjczyków, którzy są obserwowani na ulicach, w sklepach, a nawet w szkołach. Coraz częściej używa się terminu *inwigilacja*, ponieważ badania wskazują, że na jedną szkołę przypadają średnio 24 kamery oraz jedna kamera na 38 uczniów. Społeczeństwo jest najbardziej oburzone faktem, że urządzenia te instalowane są również w toaletach i przebieralniach, powszechna jest więc gorąca dyskusja na temat poszanowania prawa do prywatności uczniów. W związku z tym, organizacja Big Brother Watch zaproponowała szkołom, aby te uzasadniły potrzebę instalowania systemów kamer przemysłowych, a nade wszystko, aby wyjaśniły, w jaki sposób wykorzystują i zabezpieczają dane z nagrań.

Głównym powodem ku temu jest fakt, że dyrektorzy podejmujący decyzję o wprowadzeniu CCTV muszą działać zgodnie z *The Data Protection Act*, czyli odpowiednikiem polskiej ustawy o ochronie danych osobowych. Ciekawym spostrzeżeniem na temat umieszczania kamer w łazienkach podzieliła się Sharon Holder, przedstawicielka związku zawodowego, która uważa, ▶



Zanim w szkole będzie źle...

Krystyna Ostrowska, Jan Tatarowicz (red.)
Warszawa: CMPP, 2004

Książka jest adresowana do szerokiego grona odbiorców – nauczycieli, studentów (pedagogiki, psychologii i in.), a także rodziców oraz tych wszystkich, którzy doceniają znaczenie szkoły w procesie wychowania dzieci i młodzieży i chcą ograniczyć w niej udział czynników ryzyka, a wzmocnić ochronę i wsparcie zarówno wobec uczniów jak i nauczycieli.

► że umieszczanie kamer w pomieszczeniach takich jak szkolne łazienki „stanowi niepokojący proceder” i należy się zastanowić nad problemami, jakie „szkoły próbują w ten sposób rozwiązać, ilu rodziców zgadza się na nagrywanie ich dzieci w tych miejscach oraz co dzieje się później z pozyskanym materiałem” (Korczowski, 2012).

Autorzy tego badania przyznają, że mimo skupienia się na skali zjawiska inwigilacji w szkołach, głównym celem raportu było podkreślenie braku rzeczywistej, publicznej dyskusji o sposobie regulacji kwestii stosowania kamer przemysłowych. Podkreślają, że wciąż nie ma miarodajnych badań naukowych, które dowodziłyby, że monitoring wizyjny wpływa na poprawę bezpieczeństwa publicznego. Dyskusja pozostaje otwarta, a dowodów na temat skuteczności monitoringu wizyjnego w zakresie zachowań społecznych brak.

Wsparcie oraz konsekwencje prawne wobec rodziców

Brytyjskie szkoły i władze lokalne są żywo zatroskane poziomem bezpieczeństwa w szkołach, ale nikt nie obarcza odpowiedzialnością jedynie nauczycieli. Władze dostrzegają wiele kontekstów obecnej sytuacji, na którą składają się rozluźnienie obyczajów, wieloletni proces ograniczania praw na-

uczycielom oraz niewłaściwie sprawowana opieka nad dziećmi. Kolejnym krokiem ku jej poprawie jest utworzenie stanowiska eksperta ds. zachowania (*Expert Adviser on Behaviour*) i powierzenie tej funkcji osobie odnoszącej sukcesy na tym polu. Funkcję tę pełni obecnie Ch. Taylor, który w swojej karierze pracował w wielu szkołach postrzeganych jako trudne. Przykładowe problemy pojawiające się w angielskich szkołach obejmują:

- zawieszenie w prawach ucznia z powodu dręczenia i napaści (ok. 1000 osób dziennie);
- uciążliwe zachowanie/przeszkadzanie podczas lekcji będące przyczyną jednej trzeciej usunięć uczniów ze szkoły średniej;
- ataki na personel skutkujące poważnymi obrażeniami wymagającymi hospitalizacji;
- fałszywe oskarżenia wobec jednej czwartej pracowników szkoły postawione przez uczniów; jedna szóstka z nich spotkała się z oskarżeniami ze strony rodziny uczniów;
- prowokowanie opuszczenia pracowni przez nauczyciela, co deklarują dwie trzecie nauczycieli.

Zweryfikowane prawo ustala nowe zakresy obowiązków dla organów prowadzących, dyrektorów i nauczycieli, a w perspektywie długofalowej ma pozwolić na odbudowanie autorytetu kadry pedagogicznej, rozszerzyć

repertuar dowolnych działań, odnosić się do wypaczonej zasady unikania kontaktów fizycznych, która nie ma uzasadnienia np. podczas wypadku lub zajęć gry na instrumencie muzycznym.

Oczywistym i ważnym orężem w walce z niewłaściwymi zachowaniami jest pozostawanie w bliskim kontakcie z rodzicami potrzebującymi wsparcia. System angielski pozwala na:

- doraźne kontakty z rodziców z opiekunami przypominającymi naszych kuratorów (YOT – *youth offending team* – wydział ds. przestępczości nieletnich);
- dobrowolne zawarcie kontaktu z opiekunem, gdy niesformalizowana współpraca nie przynosi pożądanych efektów (patrz [formularze kontraktu](#)). Asystent YOT podejmuje decyzję o zawarciu kontraktu z rodzicami, gdy istnieją przesłanki, że dziecko może zaangażować się w działalność przestępczą lub antyspołeczną. Wsparcie w wychowaniu otrzymują rodzice, nawet jeśli dziecko nie angażuje się w dane działania;
- opiekę i nadzór pracownika YOT – gdy rodzice nie chcą dobrowolnie korzystać z pomocy, przez co ich działania zostają sklasyfikowane jako aspołeczne. Nadzór sądowy dla dziecka lub rodzica wykorzystywany jest po wyczerpaniu dobrowolnych metod współpracy i może dotyczyć takich ►

Formularze kontraktu z rodzicami –

materiały do pobrania

- [wersja angielska](#)
- [wersja polska](#)

- ▶ wykroczeń jak nadużycia seksualne czy popełnienie drobnych czynów karalnych.

Doświadczenia brytyjskie w zróżnicowanych pod każdym względem szkół średnich pokazują, że najważniejsze jest zbudowanie klarownego, transparentnego systemu,

upowszechnionego dla wszystkich zainteresowanych stron. By móc stosować kryterium zdrowego rozsądku, należy skrupulatnie rozważyć możliwe sytuacje i ich konsekwencje. Warto w tej kwestii postawić szkoły na równi z innymi miejscami pracy, jak w przypadku brytyjskiej legislacji, ponieważ bezpieczeń-

stwo pozostaje ważne w każdym sektorze, z drugiej zaś strony zadbać o świadome edukowanie nauczycieli na tym polu. Tylko czy przy tych założeniach mamy szansę walczyć z biurokracją?

Wioletta Różycka-Śpionek

Bibliografia

Big Brother Watch, (2012), *Class of 1984 The extent of CCTV in secondary schools and academies* (dostęp dn. 14.03.2013). | Eurydice, (2009), *Systemy edukacji w Europie – stan obecny i planowane reformy* (dostęp dn. 14.03.2013). | Department for Education, (2012), *Health and safety: Advice on legal duties and powers, For local authorities, school leaders, school staff and governing bodies* (dostęp dn. 14.03.2013). | Department for Education, (2012), *Screening, searching and confiscation: Advice for head teachers, staff and governing bodies* (dostęp dn. 14.03.2013). | Korczowski Ł., (2012), *Szukający obraz inwigilacji w brytyjskich szkołach* (dostęp dn. 14.03.2013). | Young D., (2010), *Common Sense, Common Safety*, Londyn: HMGovernment.

Pomoc przedmedyczna w nagłych wypadkach z udziałem dzieci

Bożena Virághalmi, Paweł Mikłaszewicz
Gdańsk: ODDK, 2013

Każdego dnia możemy spotkać się z sytuacją zagrożającą ludzkiemu życiu bądź zdrowiu. Nie możemy być wtedy bierni i niezdecydowani. Naszym obowiązkiem jest udzielenie pierwszej pomocy. Jeżeli sprawnie ją przeprowadzimy, zwiększymy szansę na szybszy powrót do zdrowia, a niekiedy nawet uratowanie życia poszkodowanego.

Film *Pomoc przedmedyczna w nagłych wypadkach z udziałem dzieci* prezentuje skuteczne i bezpieczne

techniki udzielania pierwszej pomocy dzieciom, z wyszczególnieniem różnic w ratowaniu dzieci poniżej 1. roku życia. Dowiesz się z niego, jak postąpić, gdy dziecko straci przytomność, gdy przestanie oddychać, czyli jak należy przeprowadzić resuscytację krążeniowo-oddechową, a także co i jak zrobić w przypadku nagłego zagrożenia życia.

Książka zawiera scenariusze najczęściej zdarzających się wypadków, opis procedur, według

najnowszych badań medycyny ratunkowej i wytycznych Krajowej Rady Resuscytacji, przykłady działań profilaktycznych, porady i prezentacje ratowników, komentarze lekarza pediatry, czyli wszystko, co nauczyciel, opiekun i rodzic powinni wiedzieć o ratowaniu dzieci i unikaniu zagrożeń.



Źródło



Wioletta Różycka-Śpionek

Absolwentka filologii angielskiej Uniwersytetu Łódzkiego (specjalizacja nauczanie i tłumaczenia). Od 12 lat uczy języka angielskiego w Gimnazjum nr 2 i Szkole Podstawowej nr 13 w Pabianicach. Od 2010 r. pełni funkcję doradcy metodycznego przy Powiatowym Ośrodku Doskonalenia Nauczycieli i Doradztwa Metodycznego w Pabianicach.

W 2011 r. weszła do zespołu eksperckiego w ramach prac nad zmianami do rozporządzenia o nowym nadzorze pedagogicznym.

Od 2012 r. pełni funkcję mentora i moderatora w programie CEO „Wdrażanie podstawy programowej kształcenia ogólnego w przedszkolach i szkołach” – udziela wsparcia grupom nauczycieli ze szkół realizujących program „Cyfrowa Szkoła”.

Koordynuje pracę zespołów przygotowujących konkursy językowe, w swoim gimnazjum zainicjowała obchody Europejskiego Dnia Języków, świętowanego jako międzyszkolny festyn kulturowy. Prowadzi wymianę z holenderską szkołą Clusius College. W pracy z młodzieżą często wprowadza innowacje (wykorzystanie kart typu Web Quest, tablicy interaktywnej czy filmu).

Pasjonatka nauki języków obcych (posługuje się także niemieckim, obecnie doskonali znajomość hiszpańskiego i holenderskiego).

Polityka szkoły w zakresie zdrowego odżywiania

Istnieją liczne dowody na to, że zdrowie i edukacja są ze sobą ściśle związane. Razem z dobrym samopoczuciem uczniów i nauczycieli są to ważne warunki skutecznej realizacji zadań szkoły. Prawidłowe funkcjonowanie organizmu oraz dobre zdrowie – psychiczne i społeczne – sprzyjają m.in. dobrej dyspozycji do nauki i pracy. Dlatego obecnie w szkołach podejmuje się wiele inicjatyw oraz realizuje programy edukacyjne z zakresu zdrowego żywienia.

Zdrowie i edukacja

Szkoła jest siedliskiem (Woynarowska, Sokółowska, 2000, s. 23–24), gdzie dzieci uczą się, korzystają z różnych świadczeń, spotykają się z rówieśnikami, bawią, wchodzą w różne role, przeżywają sukcesy i porażki. Tutaj także spożywają posiłki i uczestniczą w różnych formach aktywności fizycznej. Szkoła może kształtować postawy i zdrowe nawyki w każdym z tych obszarów. Jest to drugie, po domu rodzinnym, niezmiernie ważne dla rozwoju dziecka środowisko, którego wpływ w dużym stopniu je kształtuje. Większość szkół ciągle stara się tworzyć zdrowe środowisko życia, nauki i pracy uczniów oraz pracowników.

Podejmowanie systemowych działań z tego zakresu jest istotne ze względu na to, że:

- dzieci spędzają w szkole wiele czasu, który powinien być przeznaczony również na kształtowanie pozytywnych zachowań zdrowotnych;
- prozdrowotne nawyki utrwalone w dzieciństwie i młodości utrzymują się w dorosłym życiu;

- szkoły powinny przyczyniać się do kształtowania społecznych kompetencji uczniów, w tym także akceptowania różnorodności dzieci – każde z nich ma szansę osiągnąć sukces na miarę swoich możliwości;
- sposób odżywiania się i podejmowanie aktywności fizycznej mają znaczący wpływ na funkcjonowanie dzieci i ich dyspozycję do uczenia się. Dbłość o sposób żywienia uczniów może przyczyniać się do osiągania przez nich lepszych wyników w nauce, a więc wspierać realizację podstawowych zadań szkoły.

Większość uczniów przebywa w szkole przynajmniej 5–6 godzin. Dziecko powinno wyjść z domu po zjedzeniu śniadania, a podczas pobytu w szkole mieć możliwość zjedzenia przynajmniej jednego posiłku. Zbyt długa przerwa między nimi powoduje uczucie głodu, a to może wpłynąć niekorzystnie na zdolność uczenia się, gdyż:

- zmniejszają się wtedy zdolność koncentracji uwagi i aktywność na lekcjach,
- pogarszają się nastrój i samopoczucie,

- mogą występować bóle brzucha, głowy, uczucie osłabienia,
- powstają lub nasilają nieprzyjemne stany emocjonalne, np. rozdrażnienie czy pobudzenie, co może być przyczyną konfliktów z rówieśnikami,
- zwiększa się ryzyko urazu – przez mniejszą koncentrację uwagi i wydłużony czas reakcji (Woynarowska, Oblacińska, 2012, s. 9).

Prawidłowe, zdrowe i regularne żywienie, w tym posiłki spożywane w szkole, sprzyjają zaspokajaniu podstawowych potrzeb fizjologicznych, ale także mają znaczący wpływ na pracę i naukę członków społeczności szkolnej.

Całościowe podejście do żywienia w szkole

Obejmuje ono wiele aspektów jej funkcjonowania. Na organizację większości z nich ogromny wpływ mają dyrektor szkoły oraz nauczyciele. To wszystko, w połączeniu z sytuacjami i miejscami związanymi z codziennym życiem placówki, kształtuje zachowania żywieniowe uczniów. ▶



Wspólne drugie śniadanie w szkole

Poradnik dla dyrektorów i pracowników szkół oraz rodziców uczniów

Barbara Woynarowska, Anna Oblacińska
Warszawa: ORE, 2012

Polecamy poradnik dla dyrektorów i pracowników szkół oraz rodziców uczniów *Wspólne drugie śniadanie w szkole*. Publikacja zawiera materiały dotyczące teoretycznych postaw zasad zdrowego żywienia dzieci i młodzieży, przykłady dobrej praktyki oraz przykłady scenariuszy zajęć z uczniami i rodzicami. Mamy nadzieję, że poradnik ten będzie stanowić inspirację dla szkół w organizacji wspólnych drugich śniadań.

[Publikacja do pobrania](#)

▶ Do czynników kształtujących należą m.in.: infrastruktura (stołówka, sklepik, automaty), szkolne posiłki i ich organizacja (drugie śniadania i obiady), realizacja programów edukacyjnych z zakresu zdrowego żywienia, formuła organizowania szkolnych uroczystości, poczęstunków i konkursów, prozdrowotne zachowania wszystkich członków społeczności szkolnej będące wiarygodnym bodźcem do naśladowania oraz współpraca szkoły z rodzicami, która angażuje ich w zmianę zachowań zdrowotnych – własnych i dzieci.

Infrastruktura (stołówka, sklepik, automaty)
Dostępność zdrowych produktów w sklepi-ku lub/i automacie jest ważnym elementem tworzenia spójnej polityki w zakresie żywienia w szkole (Simovska i in., 2010, s. 8). U podstaw koncepcji promocji zdrowia leży stwierdzenie, że należy stwarzać takie warunki, w których zdrowe wybory będą łatwiejsze.

Zaopatrzenie sklepiku oraz jego otoczenie i klimat wpływają na atrakcyjność oferty. Rola dyrektora szkoły w kształtowaniu wizerunku i asortymentu sklepiku jest znacząca, może on m.in. podpisać szczegółową umowę z agentem, regulującą również rodzaj sprzedawanych produktów. Jeśli szkoła podejmie systemowe działania w zakresie zdrowego żywienia uczniów, sprzedaż peł-

nowartościowych posiłków w sklepiku będzie ważnym czynnikiem uwiarygodniającym wszystkie zmiany wprowadzane w środowisku szkolnym.

Kluczową rolę sklepiku szkolnego jest kształtowanie zdrowych nawyków poprzez oferowanie atrakcyjnych cenowo oraz estetycznych produktów. Jego najważniejszymi klientami są przecież uczniowie. Podczas zawierania umowy z agentem oraz negocjowania warunków wynajmu, należy zwrócić na ten fakt szczególną uwagę.

Szkolne posiłki i ich organizacja – drugie śniadania i obiady

Dostępność i estetyka posiłków, a także stworzenie miejsca, w którym dzieci je spożywają, to niezmiernie ważne zadanie dyrektora szkoły. Uczniowie powinni mieć możliwość spokojnego zjedzenia drugiego śniadania (odpowiednia długość przerwy śniadaniowej) oraz zdrowego, ciepłego obiadu, skomponowanego zgodnie z zaleceniami dietetyków.

Realizacja programów edukacyjnych z zakresu zdrowego żywienia

Jest to ważne, jednak nie jedyne zadanie szkoły w tym obszarze. Jeśli nauczyciele lub specjaliści będą realizowali programy bez przełożenia ich założeń i celów na codzienne życie szkoły, treści te nie będą utrwalane

przez zachowania, wiedza pozostanie nieza-stosowana, martwa.

Formuła organizowania szkolnych uroczystości i poczęstunków, konkursów

Uczniowie uczą się i kształtują swoje postawy także poprzez obserwację. Dla tworzenia całościowej i spójnej polityki szkoły istotnym elementem jest sposób obchodzenia świąt, uroczystości oraz organizacja konkursów i nagrody dla zwycięzców. Zdarza się, że słodkie, gazowane napoje, przekąski, pizza czy słodczyce są znaczącą częścią szkolnego świętowania. Może powodować to brak spójności z wiedzą przekazywaną uczniom podczas zajęć, a co za tym idzie – umniejszanie jej wartości.

Prozdrowotne zachowania wszystkich członków społeczności szkolnej jako wiarygodny wzorzec do naśladowania

Uczniowie szczególnie zwracają uwagę na zachowania zdrowotne nauczycieli i innych pracowników szkoły. Wiarygodność to cenna cecha osób przekazujących informacje z zakresu edukacji zdrowotnej.

Współpraca szkoły z rodzicami, angażująca ich w zmianę zachowań zdrowotnych

Działania podejmowane w szkole powinny być wzmacniane poprzez współpracę z rodzicami, tak aby wiedza, umiejętności, nawyki i zwyczaje popularyzowane w szkole były ▶



Zapobieganie samobójstwom dzieci i młodzieży

W styczniu 2013 r. ukazało się wiele artykułów dotyczących samobójstwa 16-letniego ucznia liceum. Tragiczna śmierć chłopca jest również powodem do rozgorzałej dyskusji na temat używania przez młodzież narkotyków – głównie marihuany – oraz ich szkodliwości. Przypominamy, że na naszych stronach, w zakładce *Materiały do pobrania*, dostępny jest poradnik *Zapobieganie samobójstwom dzieci i młodzieży*, a także [artykuły dotyczące profilaktyki uzależnień](#) w szkole oraz szkodliwości substancji psychoaktywnych.

► świadomie wzmacniane oraz kształtowane w domach rodzinnych. Taka spójność przekazu w dwóch najważniejszych dla dziecka środowiskach zwraca mu uwagę na zdrowy styl życia, w tym zdrowe odżywianie.

Edukacja żywieniowa ważnym elementem edukacji zdrowotnej uczniów

Edukacja żywieniowa jest częścią edukacji zdrowotnej, do prowadzenia której, zgodnie z podstawą programową kształcenia ogólnego (Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego i kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół; Dz.U. 2009 nr 4, poz. 17), zobowiązana jest każda szkoła. Wymagania dotyczące edukacji żywieniowej uwzględniono w różnych przedmiotach, co ułatwia całościowe podejście do realizacji tego zadania. Obecnie zapisy podstawy programowej kształcenia ogólnego sprzyjają intensyfikacji edukacji żywieniowej uczniów.

Można uznać, że podstawa ta stwarza duże możliwości i obliuguje placówki do podejmowania takich działań w tych obszarach. Wymaga to od szkoły spójności i koordynacji prac oraz tworzenia warunków, w których uczniowie będą mogli praktykować oraz uwiarygadniać to, czego nauczyli się na lekcjach, doświadczając.

Istnieją różnorodne dokumenty, rekomendacje i zalecenia wydane przez Ministerstwo Edukacji Narodowej oraz Ministerstwo Zdrowia, które pomagają we właściwej realizacji zagadnień związanych z żywieniem w szkole. Należą do nich m.in.:

- [Stanowisko Ministra Edukacji Narodowej, Ministra Zdrowia oraz Ministra Sportu i Turystyki w sprawie działań podejmowanych przez szkoły w zakresie zdrowego żywienia uczniów](#);
- [Karta Żywienia i Aktywności Fizycznej Dzieci i Młodzieży w Szkole opracowana przez Instytut Żywności i Żywienia](#);
- Normy żywienia opracowane przez Instytut Matki i Dziecka.

Jednocześnie należy podkreślić, że zaangażowany i przychylny dyrektor jest niezmiernie ważną osobą w społeczności szkolnej podczas tworzenia i realizowania systemowych zmian w zakresie zdrowego żywienia. Jego rola jest znacząca dla tworzenia pozytywnego klimatu oraz podkreślenia wagi tej tematyki w działaniach placówki. Jeśli polityka szkoły w tym zakresie ma być całościowa, skuteczna i efektywnie realizowana, powinna być wspierana przez całą społeczność szkolną, w tym rodziców.

Dyrektor szkoły, korzystając z istniejących publikacji, materiałów, doświadczeń innych placówek (np. [Bank Dobrych Praktyk](#) dostęp-

ny na stronie internetowej ORE) oraz instytucji współpracujących i specjalistów, może – w porozumieniu z przedstawicielami organu prowadzącego – podejmować działania służące propagowaniu zdrowego stylu życia, w tym zdrowego żywienia w szkole.

Korzyści dla szkoły

Szkoły doświadczają wielorakich korzyści wynikających ze stworzenia szkolnej polityki w zakresie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej. Mogą być to m.in.:

- spójne, zaplanowane i systematyczne podejście do zdrowego żywienia i aktywności fizycznej,
- promocja zdrowego stylu życia wśród uczniów i pracowników szkoły,
- poprawa wyników nauczania i osiągnięć szkolnych uczniów,
- bardziej przejrzyste i demokratyczne podejmowanie decyzji w szkole,
- lepsza współpraca z rodzicami uczniów,
- poprawa atmosfery w szkole,
- zwiększenie satysfakcji z pracy wśród personelu szkoły,
- lepsza współpraca szkoły ze środowiskiem lokalnym oraz wspierającymi ją organizacjami i instytucjami.

Każda szkoła, która podejmie się systemowej realizacji zadań w zakresie zdrowego żywienia i popularyzowania aktywności fizycznej ►



BHP w szkole

Praktyczny poradnik z dokumentacją (z suplementem elektronicznym)

Wanda Bułka
Gdańsk: ODDK, 2012

Praktyczna pomoc dla dyrektorów szkół i pracowników bhp w szkołach.

Książkę polecamy nauczycielom oraz studentom pedagogiki, którzy znajdą w niej wiele przydatnych rozwiązań problemów bezpieczeństwa w szkole oraz programy edukacyjne i przykładowe konspekty zajęć o tematyce bhp.

Użytkowy walor książki: zbiór regulaminów i instrukcji szkolnych oraz dokumentacji prowadzenia spraw związanych z bhp w szkole (ocena ryzyka, dokumentacja wypadkowa, kontrola obiektów szkolnych).

Suplement elektroniczny zawiera dokumenty i formularze związane ze spełnianiem wymogów bezpieczeństwa i higieny pracy w szkole.

Źródło

► uczniów oraz rozpocznie wdrażanie właściwej polityki, ma szansę na wprowadzenie zmian w środowisku szkolnym. Mogą one dotyczyć różnych obszarów, np.:

- a) Stanu odżywiania i zachowań zdrowotnych społeczności szkolnej – częstość występowania nadwagi czy otyłości wśród uczniów i pracowników będzie miała tendencje zniżkową lub zmniejszy się odsetek uczniów zwolnionych długotrwale i często z lekcji wychowania fizycznego.
- b) Infrastruktury i dostępności produktów żywnościowych korzystnych dla zdrowia

oraz organizacji posiłków szkolnych – nastąpi wyraźna poprawa w zakresie warunków spożywania posiłków, asortymentu sklepików oraz jakości obiadów. W szkole będą realizowane edukacyjne programy żywieniowe.

Zmiana nawyków, kształtowanie postaw oraz budowanie świadomości to długi, wieloletni proces. Dlatego szkoła jest istotnym środowiskiem mającym istotny wpływ na naukę i wychowanie. To właściwe miejsce do podejmowania systemowej pracy na rzecz

zdrowego stylu życia uczniów i innych członków społeczności szkolnej. Działania takie będą miały znaczące, korzystne przełożenie na klimat społeczny szkoły oraz osiągnięcia w nauce. Jednocześnie przyczynią się do podniesienia jakości życia uczniów w przyszłości. W procesie tym nie do przecenienia są rola, działania i autorytet przywódców, czyli znaczących dorosłych: dyrektora szkoły oraz jej pracowników.

Katarzyna Stępnia

Bibliografia

Simovska V., Dadaczyński K., Viig N., Tjomsland H., Bowker S., Woynarowska B., de Ruiter S., Buijs G., (2010), *Narzędzie dla szkół HEPS*, Warszawa: ORE. | Woynarowska B., Oblacińska A., (2012), *Wspólne drugie śniadanie w szkole*, Warszawa: ORE. | Woynarowska B., Sokołowska M., (2000), *Szkoła Promująca Zdrowie – doświadczenia dziesięciu lat*, Warszawa: KOWEZ.



Katarzyna Stępnia

Pedagog, andragog, edukator, były nauczyciel w szkole podstawowej, koordynator międzynarodowego programu promocji zdrowia psychicznego dla małych dzieci „Przyjaciele Zippiego”.

Od wielu lat zajmuje się tematyką promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej, obecnie kierownik Zespołu ds. Promocji Zdrowia w Szkole w Ośrodku Rozwoju Edukacji oraz Krajowy Koordynator ds. promocji zdrowia. Doświadczony trener oraz autor publikacji dla nauczycieli oraz dyrektorów przedszkoli i szkół.

„Szkolne Smaki – Szkoły Dobrego Żywienia”

Czy naszym dzieciom smakują obiady w szkolnych stołówkach? Czy mamy pewność, że dostają smaczne, dobrze zbilansowane posiłki? A sklepiki szkolne – czy można w nich kupić owoce, surówki, smaczne zdrowe kanapki?

Czy stołówka szkolna może być miejscem, do którego dzieci będą wchodziły z uśmiechem na twarzy, wiedząc, że szybko otrzymają atrakcyjny posiłek?

Dr Danuta Gajewska – Prezes Polskiego Towarzystwa Dietetyki

Niestety takich miejsc jest jeszcze niewiele. W większości polskich szkół funkcjonuje model żywienia, w którym uczeń stojąc w kolejce otrzymuje danie z wąskiego asortymentu tych „ulubionych” (np. zupa pomidorowa, panierowany kotlet, ziemniaki, ogórek kiszony i kompot). Opinie uczniów na temat oferty dań w stołówkach nie są optymistyczne. Część uczniów jada obiady w szkolnej stołówce tylko dlatego, że tak zdecydowali rodzice. Jeśli w stołówce jest tłoczno, panuje

hałas i przerwa jest bardzo krótka, to na talerzach pozostaje znaczna część niezjedzonego posiłku. W efekcie na kolejnej przerwie uczniowie sięgają po dostępne w szkolnym sklepiku przekąski.

Czy żywienie uczniów w szkole może wykroczyć poza przyjęte standardy?

Zdecydowanie tak. Dzieci i młodzież większość czasu spędzają w szkole na lekcjach i zajęciach pozalekcyjnych. Szkoła jest zatem miejscem, które powinno edukować młodych konsumentów w zakresie zasad prawidłowego żywienia i komponowania posiłków w taki sposób, aby były zbilansowane pod względem wartości

odżywczej i jednocześnie atrakcyjne pod względem smakowym.

Czas spędzony w szkole to okres intensywnej pracy umysłowej oraz aktywności fizycznej. Aby utrzymać wysoką sprawność organizmu i osiągać dobre rezultaty w coraz większych wyzwaniach stawianych uczniom, konieczne jest dostarczenie niezbędnej do pracy energii i składników odżywczych. Podstawową zasadą prawidłowego żywienia jest urozmaicona dieta.

Nie zakładajmy z góry, że dzieci nie lubią szpinaku

Zaoferujmy atrakcyjnie przyrządzone dania ze szpinaku! Wyjdźmy poza przyjęte standar-



► dy i proponujemy uczniom współczesne wersje kotleta schabowego i zupy pomidorowej (patrz zdjęcia obok). Ponawiamy też próby przekonania uczniów o atrakcyjności określonych produktów (zwłaszcza warzyw) nawet jeśli za pierwszym razem im nie smakowały.

Nie dla każdego cała porcja

Drugi ważny element prawidłowego żywienia, to odpowiednia wielkość porcji, wynikająca ze zróżnicowanego zapotrzebowania na energię dzieci i młodzieży w różnym wieku. Personel planujący, przygotowujący i serwujący posiłki powinien posiadać odpowiednie przygotowanie w tym zakresie.

Jakie uczeń ma korzyści ze zdrowego żywienia?

Korzyści wynikające z prawidłowego żywienia dzieci i młodzieży to z jednej strony optymalny stan zdrowia i zmniejszenie ryzyka chorób przewlekłych, w tym otyłości, cukrzycy typu 2 i nadciśnienia, z drugiej strony zmniejszenie wydatków na leczenie wymienionych schorzeń i ich powikłań. Tego rodzaju oczekiwane efekty będą obserwowane w dłuższej perspektywie, natomiast efekty widoczne niemal każdego dnia, to lepsza koncentracja i wyniki w nauce, większa odporność na infekcje, większa wydolność

fizyczna oraz mniejsze problemy związane z zachowaniem.

Wiele badań naukowych potwierdza związki pomiędzy sposobem żywienia, częstotliwością spożywania posiłków, zawartością poszczególnych składników odżywczych, a występowaniem chorób dietozależnych. Specjaliści podkreślają, że nieprawidłowy sposób żywienia w dzieciństwie i młodości warunkuje stan zdrowia w wieku dorosłym. Trudno przekonać młodego konsumenta, że jego aktualny sposób odżywiania się ma wpływ na zdrowie za 20 lat. Takie wyzwanie powinna podjąć szkoła i edukować dzieci oraz młodzież w zakresie lepszych, świadomych wyborów. Szkoła powinna także edukować rodziców, aby dokonywali mądrych wyborów dla swoich dzieci, bo w młodszych wiekach są one całkowicie uzależnione od rodziców. Rodzice powinni interesować się żywieniem dzieci w szkole, aby w domu uzupełnić dietę w brakujące produkty i składniki odżywcze. Jeśli uczeń przebywa w szkole w godzinach 7.15–18.00, to powinien w niej spożyć śniadanie, drugie śniadanie, obiad i podwieczorek. W domu pozostaje do zaoferowania niewielka kolacja. Jeśli czas przebywania w szkole jest krótszy, to liczba posiłków spożywanych w szkole jest mniejsza. Warto także podkreślić, że nie ma potrzeby oferowania dzieciom drugiego obiadu zaraz po powrocie ze szkoły, bo taki

model nadmiernej troskliwości to prosta droga do otyłości.

Katarzyna Radzio – koordynator programu Aktywnie po zdrowie, Fundacja BOŚ

Mimo, że korzyści wynikające ze zdrowego żywienia są ewidentne, to mało która szkoła może się pochwalić sukcesem w tej dziedzinie. Potrzeba do tego albo mocno zaangażowanego i świadomego menagera – najczęściej dyrektora szkoły lub nauczycieli, którzy widzą w tym swoje osobiste posłannictwo, albo rozwiązań systemowych, które odpowiedzą jak postępować krok po kroku.

Oto przykład działań dyrektora szkoły, który od 12 lat wprowadza zmiany w kierunku zdrowego żywienia w szkole.

Danuta Kozakiewicz – dyrektor Szkoły Podstawowej nr 103 im. Bohaterów Warszawy 1939–1945 w Warszawie

„Najzdrowsza na świecie nauka w Sto Trzeciej”

Problem dzieci niedożywionych i ze złymi nawykami żywieniowymi jest w Polsce duży i stale narasta. Okazuje się, że rozwiązanie go może w dużej mierze zależeć od zaangażowania i dobrych pomysłów dyrektora szkoły, który jednak – od samego początku swojej drogi – napotyka wiele trudności. ►



Aktywnie po zdrowie

„Aktywnie po zdrowie” to obszerny, kompleksowy program Fundacji Banku Ochrony Środowiska, na który składa się szereg poszczególnych projektów skierowanych do różnych grup docelowych. Projekty funkcjonujące w ramach programu to m.in. konkursy filmowe, rywalizacje międzyszkolne, prace w grupach, kampanie billboardowe i informacyjne oraz szereg innych działań. Jak więc działa „Aktywnie po zdrowie”? Zapraszamy do lektury!

[Więcej informacji](#)

► Od czego zacząć

Moim pierwszym krokiem do małej rewolucji żywieniowej w szkole było zdobycie poparcia grona pedagogicznego i rady rodziców. Dyrektor nie zdoła pracować w pojedynkę – potrzebuje pomocy osób, które interesują się zdrowym trybem życia i wesprą go w działaniu. Początkowo nie można liczyć na dużą grupę zaangażowanych osób, będzie to tylko kilkoro nauczycieli lub rodziców, w mojej szkole znalazło się ich troje.

Specjaliści pomogą

By profesjonalnie zorganizować proces wprowadzania do szkoły nawyków zdrowego stylu życia, grupa inicjatywna powinna zgłosić się po pomoc do specjalisty – SP nr 103 nawiązała współpracę z dietetykami z Instytutu Żywności i Żywienia oraz Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. Konsultacje ze specjalistami wzbogaciły naszą wiedzę, zwróciły uwagę na to, o czym nie pomyśleliśmy, słowem: umożliwiły rozpoczęcie działania zakrojonego na szeroką skalę.

Kolejnym krokiem było spotkanie rady rodziców z wybranymi przez nas specjalistami. Rodzice dowiedzieli się m.in., że dziecko, które nie zjada w domu śniadania, nie może efektywnie się uczyć, że nieprawidłowe żywienie wpływa na nadpobudliwość lub senność, uniemożliwia właściwe funkcjo-

nowanie w szkole, utrudnia koncentrację i przyswajanie nowych wiadomości.

Zmiany potrzebują czasu

Wprowadzanie dobrych nawyków jest zawsze długim procesem – w naszej szkole trwało 12 lat. Trzeba pamiętać o tym, żeby zmiany wprowadzać stopniowo i nie zniechęcać się początkowymi niepowodzeniami i oporem ze strony dzieci lub rodziców. Na pierwszy ogień poszły stołówka i sklepik szkolny. Postanowiliśmy, że szkoła będzie miała wpływ na asortyment sklepiku, zniknęły zatem słodczyce, chipsy i gazowane napoje, w ich miejsce pojawiły się warzywa, zdrowe kanapki, owoce, a automat z coca-colą zamieniliśmy na dystrybutory z wodą (która jest opłacana ze składek na radę rodziców). Wiele pracy wymagała reorganizacja stołówki – zatrudniliśmy intendenta, który czuwa nad jakością i różnorodnością przyrządzanych tam potraw, potrzebna była także zmiana kucharzy i ich właściwe przeszkolenie.

Dyrektor świeci przykładem

Każdy dyrektor, który chce wprowadzić takie zmiany w swojej szkole, musi pamiętać, że podstawą jest autentyczność. Powinien on dawać dzieciom dobry przykład, pokazywać, że zdrowy tryb życia nie musi być

nudny. Zaczęłam przyjeżdżać do szkoły rowerem, razem z jedną z mam zorganizowałam zajęcia aerobiku dla rodziców, zapraszałam zainteresowanych na półprywatne szkolenia – okazało się, że te działania przyniosły spodziewany skutek, rodzice i dzieci stopniowo zaczęli przekonywać się do nowych porządków szkoły. Jednak dzieci i rodzice to nie wszystko – aby móc w pełni wdrożyć w szkole zasady zdrowego trybu życia, należało objąć programem wszystkich pracowników szkoły. Mam na myśli tutaj nie tylko prawidłowe żywienie, lecz także uprawianie sportów i techniki walki ze stresem.

Okazało się, że działaniami prowadzonymi w SP 103 zainteresowała się społeczność lokalna. Mieszkańcy Sadyby polubili organizowane przez szkołę festyny i kiermasze promujące zdrowy tryb życia, biorą udział w „Biegu dla Polski”, wyścigu, w którym wszyscy chętni – pod moim przewodnictwem – biegają po zdrowie.

Informacje o dobrych nawykach żywieniowych powinny zajmować w szkole poczesne miejsce, by dzieci zapoznawały się z nimi niejako przy okazji. Warto zatem wykorzystywać wszelkiego rodzaju tablice umieszczone w stołówce, na korytarzach, w salach, aby eksponować na nich zalety jedzenia warzyw i wysokowartościowych potraw. ►



Kampania społeczna
„Jakie matki, takie dziatki”
Problem otyłości polskich dzieci
to przykra rzeczywistość!

Współczesne statystyki odnotowują alarmujący wzrost liczby dzieci i młodzieży dotkniętych otyłością oraz innymi chorobami zależnymi od złej diety. Ponad 18,6% chłopców i 14,5% dziewcząt boryka się z nadwagą. Co gorsza, w ciągu ostatnich 20 lat liczba dzieci dotkniętych otyłością w naszym kraju wzrosła aż trzykrotnie!

Jeżeli nie przeciwstawimy się tej tendencji, już niedługo na polskich ulicach będzie można spotkać tylko ludzi otyłych i chorych.

Czy chcesz, aby Twoje dziecko stało się jednym z nich?

[Więcej informacji](#)

► Szkoła promująca zdrowie

Ponadto nasza szkoła otrzymała certyfikat „[Szkoły promującej zdrowie](#)”, dzieci biorą udział w konkursach o zdrowym żywieniu i innych akcjach propagujących aktywny tryb życia. Promocja zdrowia to praca z dziećmi i dla dzieci, nie można jednak zapominać o gronie pedagogicznym i całym środowisku lokalnym zaangażowanym w naszą akcję.

Życie według zasad zdrowego żywienia to obecnie nie tylko moda, lecz także potrzeba. Nie sposób wyliczyć wszystkich jego zalet, codziennie obserwuję ich pozytywne przykłady w mojej szkole. Na pierwszy plan wysuwają się wysokie wyniki osiągane przez uczniów w nauce i na egzaminach, spadek poziomu agresji, umiejętność radzenia sobie ze stresem, (obniżony poziom stresu wśród uczniów i nauczycieli) i przyjazna atmosfera w całej placówce oraz przenoszenie dobrych nawyków także do domu i innych środowisk, pozytywny wpływ na rozwój osobowości.

*Katarzyna Radzio – koordynator programu
Aktywnie po zdrowie, Fundacja BOŚ*

Są już w Polsce szkoły takie jak ta, prowadzona przez panią Dyrektor, gdzie rozumiany jest związek między żywieniem a zdrowiem, ale są to wyjątki. Najczęściej w stołówkach szkolnych królują słodkie pierogi i naleśniki z serem, pójane kompotem. I wszystko jed-

no czy są wytworem miejscowej stołówki, czy dowożone przez catering – nikt nie ma kontroli nad posiłkami spożywanymi przez dzieci. A szkoła powinna być miejscem, które nie tylko uczy, ale również wspiera całość kształt rozwoju młodego człowieka.

Zaproszenie

Fundacja Banku Ochrony Środowiska wraz z fundacją Szkoła na widelcu przygotowała w całej Polsce cykl szkoleń na temat wprowadzania standardów zdrowego żywienia w szkołach – „Szkolne smaki – Szkoły Dobrego Żywienia”. Projekt jest podzielony na dwie części, skierowane do różnych grup, ale mających jeden cel: poprawę jakości żywienia. Część konferencyjna adresowana jest do dyrektorów szkół i przedstawicieli jednostek samorządów terytorialnych natomiast część warsztatowa – do kucharzy bezpośrednio zajmujących się żywieniem w szkołach.

Projekt został przygotowany z myślą głównie o dyrektorach szkół, ponieważ wierzymy, że to właśnie od nich zależy obecnie forma i jakość żywienia w polskich szkołach i to głównie oni, mogą dokonać zmian o ogromnym, wręcz przełomowym znaczeniu dla zdrowia dzieci i młodzieży, a co za tym idzie – zdrowia i dobrostanu przyszłego społeczeństwa.

Podczas konferencji, eksperci z zaangażowanych w projekt instytucji państwowych wygłoszą referaty, m.in. o kompetencjach dyrektorów szkół w zakresie organizacji żywienia w szkołach (MEN), regulacjach prawnych dotyczących systemu żywienia w szkołach (GIS), zasadach prawidłowego żywienia uczniów w szkole (Polskie Towarzystwo Dietetyki).

Wszyscy uczestnicy konferencji otrzymają unikalny pakiet złożony m.in. z zestawu zbilansowanych przepisów na dania obiadowe i przekąski (zaakceptowanych przez Polskie Towarzystwo Dietetyczne jako zalecane w żywieniu dzieci i młodzieży), a także płyty CD z programem komputerowym przeliczającym ww. przepisy na porcje dla dowolnej liczby osób oraz generującym listę zakupową. Dyrektorzy biorący udział w projekcie otrzymają imienny certyfikat wydawany przez ORE, poświadczający udział w konferencji podnoszącej kompetencje w zakresie organizacji prozdrowotnego żywienia w szkołach. Kucharze, którzy na co dzień przygotowują dla uczniów posiłki są również kluczowymi osobami w tym procesie. Od ich świadomości zależy czy będą to tradycyjne schabowe z panierką, posypane tanimi mieszankami poprawiającymi smak czy pełnowartościowe posiłki. Podczas warsztatów przekonamy, że zdrowe jedzenie nie musi być drogie ani niesmaczne. ►



[Szkolne smaki – zaproszenie do udziału w projekcie](#)

► Projekt został objęty honorowym patronatem: Ministerstwa Edukacji Narodowej, Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Głównego Inspektoratu Sanitarnego, Rzecznika Praw Dziecka, Agencji Rynku Rolnego, regionalnych kuratoriów oświaty, Ośrodka

Rozwoju Edukacji, Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego, Polskiego Towarzystwa Dietetyki.

Pierwsza konferencja odbyła się 27 marca w Łodzi, następne są planowane w innych

miastach wojewódzkich. Zapraszamy na stronę internetową [projektu](#).

**Danuta Gajewska,
Danuta Kozakiewicz,
Katarzyna Radzio**

**dr inż.
Danuta Gajewska**



Prezes Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Dietetyki.

Specjalista w dziedzinie żywienia człowieka i dietetyki. Od wielu lat adiunkt w Katedrze Dietetyki SGGW. Wieloletnie doświadczenie z zakresu poradnictwa dietetycznego, współpracuje z medycznymi poradniami specjalistycznymi w dziedzinie gastroenterologii, nefrologii

i nadciśnienia tętniczego. Konsultant programów edukacyjnych w zakresie profilaktyki i dietoterapii otyłości, skierowanych do młodzieży i osób dorosłych oraz programów dotyczących dietoterapii chorób układu sercowo-naczyniowego. Promotor wielu prac magisterskich i inżynierskich w zakresie żywienia człowieka i dietetyki. Aktywnie działa na rzecz rozwoju dietetyki i podniesienia rangi zawodu dietetyka w Polsce i Europie.

**Katarzyna
Radzio**



Koordynator programu „Aktywnie po zdrowie”, współtwórca projektów prozdrowotnych.

Absolwentka SGGW, wieloletnie doświadczenie zawodowe w dziedzinie promocji i marketingu zdobyte we współpracy z największymi korporacjami w Polsce. Absolwentka studiów podyplomowych prowadzonych przez Katedrę Dietetyki SGGW. Wiedzę na temat zdrowego odżywiania się zdobywała również podczas pracy w LOT Catering. Pasjonatka edukacji w zakresie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej.

**Danuta
Kozakiewicz**



Ekspert DDTVN, autorka artykułów o pracy szkoły z dzieckiem sześciolatkiem i promowaniu zdrowego stylu życia. Brała udział w spotkaniach sejmowej podkomisji ds. młodzieży oraz w spotkaniach programowych w MEN.

Dyrektor Szkoły Podstawowej nr 103 w Warszawie. Kierowana przez nią placówka posiada Wojewódzki Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie, Certyfikat „Wars i Sawa”, tytuł Szkoły Odkrywców Talentów oraz Honorową Nagrodę Prezydenta m. st. Warszawy „Szkoła z pomysłem”. Szkoła jest laureatem.in. Ogólnopolskiego Programu Global Partners Junior w kategorii „Globalna świadomość” (2012), jest także organizatorem Ogólnopolskiego Konkursu Poetyckiego im. Krzysztofa Kolbergiera.

Od 11 lat szkoła realizuje własny program prozdrowotny, którego ważnym elementem jest autorski program sportowy z tenisem ziemnym jako dyscypliną wiodącą.



Pakiet edukacyjny ***Jak wspierać zdrowie i rozwój młodzieży***

Z przyjemnością polecamy pakiet edukacyjny opracowany zgodnie z koncepcją i metodami pracy szkoły promującej zdrowie – *Jak wspierać zdrowie i rozwój młodzieży*.

Publikacja zawiera materiały dotyczące zdrowego żywienia oraz aktywności fizycznej dzieci i młodzieży w wieku szkolnym przedstawione w szerokim kontekście zdrowia psychicznego, z uwzględnieniem podejścia szkoły promującej zdrowie.

[Publikacja do pobrania](#)

Krótkie podsumowanie wyzwań, które stoją przed szkołą i kadrami pedagogicznymi w zakresie propagowania wzorców prawidłowego żywienia:

- zachęcanie uczniów do zwiększenia spożycia warzyw i owoców, produktów zbożowych pełnoziarnistych, produktów mlecznych o obniżonej zawartości tłuszczu.
- zachęcanie do ograniczenia stosowania soli oraz spożycia słodkich napojów i przekąsek.
- zachęcanie do wyboru żywności o wysokiej, a zrezygnowanie lub okazjonalne spożywanie żywności o niskiej wartości odżywczej.

Kilka rad dla osób planujących posiłki dla uczniów w szkole:

1. Planujemy rozkład lekcji i przerw międzylekcyjnych tak, aby uczniowie mieli możliwość zjedzenia posiłku (zwłaszcza obiadu) bez pośpiechu, w spokojnej atmosferze.

2. Pozwólmy dzieciom i młodzieży decydować o tym, co znajdzie się na „szkolnym talerzu” np. w drodze konkursu na stołóvkowe menu.
3. Urozmaicajmy jadłospisy, planując posiłki z wykorzystaniem szerokiego asortymentu produktów spożywczych ze wszystkich grup żywności.
4. Wprowadzajmy owoce i warzywa tak często, jak tylko to możliwe, najlepiej jako dodatek do każdego posiłku.
5. Dostosujmy wielkość serwowanych porcji do wieku uczniów.
6. Edukujmy dzieci i młodzież w zakresie wartości odżywczej żywności, wartości kalorycznej, zawartości tłuszczu, nasyconych kwasów tłuszczowych i typu trans oraz cukru i soli.
7. Zapewnijmy możliwość uzupełnienia żywienia oferowanego w stołówce przekąskami o minimalnej zawartości cukru i soli.

8. Kontrolujmy ofertę sklepików szkolnych i automatów z żywnością.

Wiele renomowanych organizacji, instytucji i towarzystw naukowych zajmujących się zdrowiem podkreśla konieczność monitorowania sposobu żywienia dzieci i młodzieży, jako ważnego czynnika profilaktyki chorób układu sercowo-naczyniowego i chorób metabolicznych. Żywienie w szkole jest jednym z elementów całodzienniej diety, a nabyte w tym okresie nieprawidłowe nawyki żywieniowe z pewnością zostaną utrwalone w wieku dojrzałym. Szkoła jest miejscem szerokiego oddziaływania nie tylko na uczniów i ich rodziców, ale też na nauczycieli, którzy powinni pozyskać wiedzę żywieniową z wiarygodnych źródeł, by móc przekazywać ją dalej.

Dr Danuta Gajewska – Prezes Polskiego Towarzystwa Dietetyki

**Opis Fundacji Banku Ochrony Środowiska**

Fundacja od trzech lat w ramach ogólnopolskiego programu „Aktywnie po zdrowie” realizuje 5 projektów prozdrowotnych skierowanych do wszystkich poziomów szkół. Są to projekty angażujące uczniów, nauczycieli, ale także rodziców i społeczność lokalną. Kształcenie osób dorosłych towarzyszących dzieciom jest jednym z priorytetów programu w trosce o stworzenie spójnego modelu funkcjonowania rodziny w oparciu

o świadomość zachowań prozdrowotnych, takich jak zdrowe odżywianie i regularna aktywność fizyczna.

Celem programu jest praktyczne zastosowanie wiedzy, niezbędnej młodym konsumentom, na temat produktów służących zdrowiu i dla zdrowia szkodliwych oraz uświadomienie związku pomiędzy żywieniem a występowaniem wielu chorób

i dolegliwości. Program pokazuje rolę profilaktyki zdrowotnej w postaci codziennej aktywności fizycznej i stosowania zasad zrównoważonego żywienia.

Wszystkie projekty prowadzone przez Fundację mają charakter długoterminowego procesu nauczania, powtarzanego w cyklicznych edycjach, ukierunkowanego na utrwalenie prze-

► kazywanych treści. Realizowane są w formie międzyszkolnych konkursów, w których zespoły zdobywają przyznawane w trzech kategoriach: dla szkół, nauczycieli i uczniów. Zakładają zawsze wykorzystanie w praktyce wcześniej zdobytej wiedzy wraz z koniecznością samodzielnego stworzenia promocji projektu, dostosowanej do jego charakteru.

Uczą samodzielnego, kreatywnego myślenia, działania w grupie, przełamywania barier w stosunku do rówieśników jak również innych środowisk, do których kierowana jest wiedza prozdrowotna. Każdy został dopasowany do grupy wiekowej pod względem poziomu, aby zespoły mogły sprostać zadaniom, a także pod względem sposobu jego realizacji, tak, aby był

interesujący dla uczestników. Dla każdego z projektów tworzony jest portal umożliwiający komunikację z uczestnikami, będący jednocześnie bazą wiedzy ułatwiającej zgłębienie dziedziny, która jest tematem przewodnim projektu.

Projekt „SZKOLNE SMAKI – Szkoły Dobrego Żywienia”

Edukacja w zakresie wprowadzenia do szkół nowoczesnego systemu zdrowego żywienia zgodnego z zalecanymi normami w żywieniu dzieci i młodzieży.

Realizatorzy:

- Fundacja Banku Ochrony Środowiska
- Fundacja „Szkoła na widelcu”

Partnerzy:

- jednostki samorządu terytorialnego odpowiedzialne za zarządzanie szkołami;
- regionalne kuratoria oświaty;
- regionalne szkoły gastronomiczne.

W ramach projektu realizowane będą działania:

- konferencje regionalne poświęcone tematyce zdrowego żywienia w szkołach;
- warsztaty kulinarne dla personelu dotyczące prozdrowotnego przygotowania posiłków dla uczniów;

- konferencje prasowe dla dziennikarzy regionalnych.

Termin realizacji projektu: 2013

(jest to pierwszy etap cyklicznego, wieloletniego projektu)

Zasięg projektu:

Projekt ogólnopolski, przeprowadzany we wszystkich miastach wojewódzkich. Planowane są 1–2 konferencje w miesiącu oraz towarzyszące im warsztaty kulinarne dla personelu stołówek szkolnych.

Lokalizacja:

- Konferencje będą się odbywać w 10 miastach wojewódzkich, w salach konferencyjnych urzędów miast mogących pomieścić ok. 100 osób;
- Warsztaty kulinarne dla personelu kulinarnego szkół będą się odbywać w szkołach gastronomicznych, które zapewnią dostęp do profesjo-

nalnego sprzętu kuchennego oraz możliwość jednorazowego przeszkolenia ok. 15 osób.

Cel projektu:

Zaprezentowanie nowoczesnego systemu prozdrowotnego żywienia w szkole, a także przekazanie kompleksowych rozwiązań (wiedzy i narzędzi) umożliwiających sprawne i kompetentne wdrożenie tego systemu w szkołach.

Do celów pośrednich należą m.in.: przeciwdziałanie nadwadze i otyłości wśród dzieci i młodzieży, zaszczepienie zdrowych nawyków żywieniowych w tej grupie wiekowej, a dzięki temu poprawa stanu zdrowia młodego pokolenia i w perspektywie – całego społeczeństwa.

Adresaci:

Projekt adresowany jest do szkół wszystkich stopni, tj. podstawowych, gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych. Do udziału w projekcie zaproszone są ►



► osoby mające wpływ na jakość żywienia w szkołach:

- na poziomie zarządczym – przedstawiciele jst, dyrektorzy szkół,
- na poziomie wykonawczym – kucharki bezpośrednio przygotowujące posiłki lub firmy cateringowe dostarczające posiłki do szkół.

Rejestracja uczestników projektu

Poprzez portal Szkolne Smaki (przesłanie wypełnionego formularza rejestracyjnego).

Zakładane efekty projektu:

- upowszechnianie wśród przedstawicieli jst i dyrektorów wiedzy nt. standardów żywienia uczniów w szkole;
- upowszechnienie wiedzy z zakresu uwarunkowań prawnych, co przełoży się na większą skuteczność działania w tym obszarze;
- upowszechnianie wiedzy z zakresu procedur zamawiania wartościowych produktów w zgodzie z ustawą o zamówieniach publicznych;
- upowszechnianie wiedzy na temat zasad zdrowego odżywiania dzieci i młodzieży szkolnej;
- pozyskanie informacji na temat projektów prozdrowotnych skierowanych do szkół – aktywny

udział nauczycieli i uczniów zapewni podniesienie wiedzy na temat zdrowego stylu życia (w tym odżywiania i aktywności fizycznej).

- upowszechnienie wiedzy dotyczącej zastosowania technik warsztatowych, jako metody promocji zdrowego żywienia;
- zapewnienie narzędzi do wprowadzenia zrównoważonego żywienia w szkołach w postaci książki kucharskiej z pakietem polecanych w żywieniu dzieci i młodzieży przepisów obiadowych i przekąsek do sklepików w podziale na pory roku oraz zalecanych technik kulinarnych w formie programu informatycznego na płycie CD przeliczającego przepisy i listę zakupową do powyższego menu dla dowolnej grupy osób;
- udostępnienie wiedzy na temat uregulowań prawnych.

Materiały konferencyjne:

- zestaw zbilansowanych przepisów kulinarnych polecanych w żywieniu zbiorowym dzieci i młodzieży w formie programu komputerowego pozwalającego na przeliczanie przepisów na dowolną ilość osób i tworzenie listy zakupowej w oparciu o proponowane zestawy obiadowe;

- zestaw dokumentów prawnych dotyczących żywienia w szkołach
- informacje na temat prozdrowotnych programów edukacyjnych.

Terminarz i miejsca realizacji konferencji i warsztatów kulinarnych w 2013 r.

Data	Miejsce
Łódź	27 marca
Katowice	24 kwietnia
Lublin	8 maja
Wrocław	22 maja
Poznań	5 czerwca
Kraków	18 września
Gdańsk	2 października
Szczecin	30 października
Bydgoszcz	20 listopada
Białystok	4 grudnia



Bezpieczne funkcjonowanie ucznia z dysfunkcją wzroku w szkole

Bezpieczna szkoła to przestrzeń fizyczna i społeczna uwzględniająca specyficzne potrzeby i możliwości każdego ucznia, dająca mu poczucie braku zagrożenia zdrowia i możliwości zaspokojenia potrzeb psychicznych związanych z satysfakcjonującym pełnieniem roli ucznia i członka grupy rówieśniczej. Szkoła ogólnodostępna i integracyjna przygotowująca się do przyjęcia ucznia niewidomego lub słabowidzącego musi zadbać o szczególne warunki zapewniające mu bezpieczne i optymalne funkcjonowanie.

Brak lub poważne ograniczenie wzroku, uważanego za najważniejszy kanał informacyjny (z uwagi na dostarczanie w pojedynczym akcie spostrzegania w sposób symultaniczny kompleksowych danych o obiektach znajdujących się w bliskiej i dalekiej odległości od poznającego, a także pobudzanie aktywności motorycznej, poznawczej i społecznej jednostki) jest poważnym utrudnieniem funkcjonalnym.

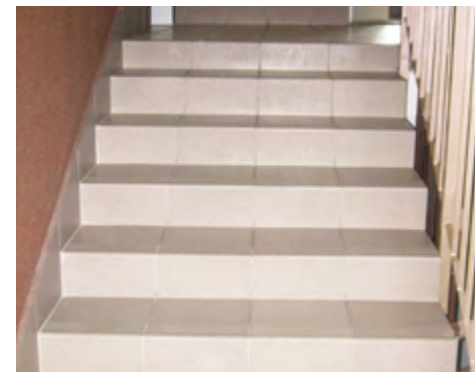
Warunki przestrzenne

Jednym z najważniejszych warunków jest przystosowanie przestrzeni szkolnej – dokonanie, oceny i modyfikacji szkolnego otoczenia fizycznego (klas, szlaków komunikacyjnych: korytarzy, schodów, wind, innych pomieszczeń: stołówek, sali gimnastycznej, gabinetów, toalet).

Trzeba pamiętać, że niepełnosprawność wzrokowa nie jest kategorią, która określa jednorodną grupę społeczną o ujednoliconych cechach. Specyfika funkcjonowania osób z dysfunkcją wzroku zależy będzie od wielu czynników, w tym od stopnia uszkodzenia narządu wzroku (brak możliwości wzrokowych, ograniczone możliwości wzrokowe w różnym zakresie: ostrości widzenia, pola widzenia, zapotrzebowania na światło, widzenia barw i innych), momentu wystąpienia dysfunkcji wzroku oraz rokowania co do przebiegu schorzenia (postępujące, niepostępujące). Osoby niewidome, czyli takie, które nie widzą od urodzenia lub utraciły wzrok przed piątym rokiem życia i posługują się w poznawaniu rzeczywistości technikami alternatywnymi, bezwzrokowymi, potrzebującą, by przestrzeń szkolna dawała im istotne

punkty odniesienia w postaci przede wszystkim wskazówek dotykowych i słuchowych, a także poprzez sposób uporządkowania oraz stałość elementów przestrzeni. Osoby słabowidzące, mające określone, choć ograniczone możliwości wzrokowe, będą potrzebowały takiej adaptacji otoczenia szkolnego, by mogły w nim efektywnie funkcjonować, wykorzystując kanał wzrokowy.

Niezależnie od specyficznych potrzeb i możliwości osób z dysfunkcją wzroku oraz ich zróżnicowania, punktem wyjścia do właściwej analizy i oceny otoczenia jest uwzględnienie takich czynników, jak: bezpieczeństwo ucznia, umiejętność orientowania się w przestrzeni, sprawność wykonywania czynności w danym otoczeniu oraz zachowanie estetyki wykonywania zadań. ▶



Oznaczenie schodów w sposób kontrastowy (żółta taśma na pierwszym i ostatnim stopniu) ułatwia osobie słabowidzącej ich zlokalizowanie oraz bezpieczne pokonywanie.



▶ Przestrzeń warunkująca bezpieczne funkcjonowanie ucznia niewidomego wymaga:

- Dotykowego oznaczenia drzwi pomieszczeń (klasy, stołówki, toalety, pokoju nauczycielskiego i innych). Służą do tego etykiety brailowskie (napisy w brajlu) lub niebrailowskie (faktura zapewniająca dotykowe odróżnienie lub zróżnicowana pod względem kształtu). Właściwe oznaczenie taktylne powinno być wypukłe, a nie wklęsłe. Należy je umieścić na wysokości 1,4–1,7 metra, aby można było swobodnie sięgnąć do niego ręką. W przypadku uczniów klas młodszych niezbędne jest dostosowanie wysokości oznaczenia do ich wzrostu, by ułatwić lokalizację etykiety.
- Wyznaczenia ścieżek komunikacyjnych (poprzez odpowiednie ustawienie mebli w klasie, wyłożenie korytarza wykładziną lub dywanem tworzącym ścieżkę, np. do tablicy, do szafek z przyborami).
- Uporządkowanie przestrzeni w taki sposób, by na szlakach komunikacyjnych nie wystawały biurka, krzesła, inne obiekty, o które uczeń może się potknąć. Warto przyjąć zasadę, że podczas przerw drzwi do klasy będą zawsze otwarte lub zawsze zamknięte, aby nie spowodować zagrożenia w postaci uderzenia się o nie. Po zakończeniu czynności trzeba zamykać szuflady i szafki, wsuwać krzesła pod stoły oraz odkładać materiały na ich pierwot-

ne miejsce. Nieuzasadnione i nieuświadomiane osobom z dysfunkcją wzroku zmiany położenia przedmiotów utrudnią im orientację i poruszanie się, ponieważ mogą być istotnymi dla nich, stałymi punktami odniesienia.

- Stanowisko pracy ucznia niewidomego (biurko, stolik) powinno umożliwiać przechowywanie pomocy, takich jak: maszyna brailowska, papier, akcesoria do rysunków wypukłych i inne (o ile praca klasy odbywa się w jednej sali). W przypadku młodszych uczniów przydatne może być obramowanie biurka listwą o nieco podwyższonym brzegu, by tworzyła barierę uniemożliwiającą zsuwanie się elementów znajdujących się na blacie. Warto jednak pamiętać o tym, iż obramowanie listwą tylko jednego biurka może być odbierane jako podkreślanie odmienności. W młodszych klasach takie rozwiązanie może być więc zastosowane w odniesieniu do wszystkich stanowisk uczniowskich. Lokalizacja stanowiska pracy ucznia niewidomego w klasie powinna umożliwiać mu łatwe dotarcie i przemieszczanie się w różnych kierunkach. Ważne jest również, szczególnie w klasach młodszych, by nauczyciel miał łatwy dostęp do dziecka i mógł wspierać jego pracę.
- W celu ułatwienia samodzielnego poruszania się ważne jest, by korytarze nie były zastawione meblami, przyborami

do sprzątanía, kwiatnikami, gablotami i innymi przeszkodami. Należy unikać stosowania jakichkolwiek elementów wystających ze ścian na wysokości od 1 m do 2,40 m. Posadzki powinny być przeciwpoślizgowe. Obszary nieprzeznaczone do użytkowania, np. przestrzenie pod schodami i inne z ograniczoną wysokością (niższe niż 2,20 m) powinny mieć odpowiednie zabezpieczenie uniemożliwiające wejście. Wskazany jest również ogranicznik w postaci poziomej blokady na wysokości 0,20-0,30 m, uniemożliwiający wsunięcie białej laski w ten obszar.

Przestrzeń warunkująca bezpieczne funkcjonowanie ucznia słabowidzącego wymaga uwzględnienia cech wizualnych otoczenia, takich jak między innymi oświetlenie, kolor obiektów, kontrast barwny, wielkość obiektów.

- Oświetlenie istotnie wpływa na odbiór informacji wzrokowych. Jednak niektóre osoby słabowidzące są nadwrażliwe na światło (światłowstręt towarzyszy rozmaitym schorzeniom i uszkodzeniom układu wzrokowego). Dodatkowych problemów może przysparzać osobom słabowidzącym rażące światło – padające bezpośrednio ze źródła lub odbite od różnych powierzchni. Skutkiem tego jest doświadczenie olśnienia, nagłego obni-



Ciemnoniebieskie drzwi są dobrze widoczne na tle białej ściany. Biała klamka oraz oznaczenie numeru sali kontrastują z kolorem tła, na którym występują i zapewniają dobrą widoczność. Numer pomieszczenia złożony jest powiększoną, prostą czcionką, ułatwiającą odczytanie.



żenia ostrości wzroku i uczucie dyskomfortu. W sytuacji poruszania się oślnienie może stwarzać sytuacje niebezpieczne (zderzenie się z przeszkodą, upadek). Aby zapobiegać oślnieniom należy wyposażać przestrzeń szkolne w systemy ograniczające przepuszczalność i natężenie światła (wertykale, żaluzje, rolety i inne przesłony okienne), osłonić źródła światła (żarówki wystające poza obudowę). W niektórych sytuacjach trzeba także zachęcać uczniów do korzystania z przesłon osobistych, takich jak okulary przeciwsłoneczne, daszki itp.

Bardzo istotne jest również zlikwidowanie błyszczących, odbijających światło powierzchni, np. poprzez zastosowanie matowych nakładek na biurko, wykładziny dywanowej czy chodnika na odbijającą światło podłogę. Ściany powinny być pomalowane na kolory jednolite farbą matową.

Tablica nie powinna być biała i błyszcząca. Lepiej sprawdzi się ciemnozielona, matowa. Szklane drzwi i przegrody gablot można okleić lub wyłożyć matowym papierem. Jeśli chodzi o lokalizację miejsca pracy ucznia słabowidzącego w klasie, to osoby ze światłowstrętem powinni siedzieć z dala od okien, zasadne może być też ustawienie stołu tyłem do okna. Z kolei

uczniom mającym duże zapotrzebowanie na światło należy umożliwić siedzenie bliżej źródeł światła oraz zamontować lampę do doświetlania pracy. Uczniowie powinni być tak ulokowani, by mogli swobodnie podchodzić do tablicy, mapy czy innych pomocy dydaktycznych. Ich usytuowanie musi uwzględniać możliwości wzrokowe – stopień trudności pracy z bliskiej i dalekiej odległości. Ważny jest również łatwy dostęp nauczyciela do ucznia, jednak należy zwracać uwagę na to, by nie czuli się oni w klasie szczególnie wyeksponowani.

Przegląd interesujących propozycji przestrzennego rozmieszczenia miejsc do pracy w klasach integracyjnych (układ w kształcie podkowy, bistro, w kształcie kwadratu, w kształcie solidnego kwadratu, w kształcie jodełki, krzesła z mini stolikami, typowy szkolny układ) prezentuje Z. Gajdzica w artykule *Przestrzeń w procesie integracyjnego kształcenia uczniów niepełnosprawnych* („Szkola Specjalna” nr 5/2007). Autor wskazuje na wady i zalety ukazanych układów.

- Innymi istotnymi czynnikami umożliwiającym korzystanie ze wskazówek wzrokowych są kolor i wielkość obiektu oraz kontrast barwny (różnica jasności między dwoma sąsiadującymi ze sobą obszarami). Wykorzystanie kontrastu ma szczególne znaczenie w oznakowaniu po-

mieszczeń (numery drzwi, tablice informacyjne w placówce). Najlepszy kontrast uzyskuje się poprzez zastosowanie czarnych elementów na białym lub żółtym tle oraz białych elementów na czarnym tle. Trzeba pamiętać, że zastosowane napisy i oznaczenia powinny być umieszczone na odpowiedniej wysokości, najlepiej na wysokości oczu ucznia.

Litery powinny być duże, drukowane, bez ozdóbek i cieniowań, złożone czcionką prostą, na matowym, kontrastowym tle. Odpowiednie zastosowanie koloru i kontrastu barwnego w przestrzeni szkolnej może przekazywać słabowidzącemu uczniowi istotne wskazówki: informować o zmianie powierzchni lub poziomu (pochylnie, schody), ostrzegać przed potencjalnym niebezpieczeństwem.

Należy oznakować schody, drzwi, szafki, włączniki, klamki, w celu ich wyodrębnienia z tła. Dzięki temu uczeń uniknie ryzyka urazu w wyniku upadku, uderzenia. Pierwszy i ostatni stopień schodów należy oznaczyć jaskrawą farbą lub taśmą odbłaskową, kontrastującą z kolorem posadzki. Krawędzie drzwi, szafek, parapety, włączniki światła również należy oznaczyć, wykorzystując powyższą zasadę. Podobnie listwy przypodłogowe oraz framugi drzwi powinny kontrastować z podłogą i ścianami. ▶



Odbijanie światła od podłogi utrudniające pracę wzrokiem słabowidzącej

Przestrzeń, w której występuje dużo elementów szklanych, odbijających światło oraz nieosłoniętych okien, są bardzo niekomfortowe dla ucznia słabowidzącego. Oślenie rażącym lub odbitym światłem może wywołać oślnienie. Odbijanie się wielu elementów, np. na błyszczącej podłodze, może ponadto powodować złudzenia optyczne i utrudniać rozróżnienie elementów przestrzeni od ich odbicia. Skutkiem tej trudności może być np. próba ominięcia przeszkody, której w rzeczywistości nie ma.

▶ Warto pamiętać, iż proces przygotowania placówki na przyjęcie ucznia z dysfunkcją wzroku powinien rozpocząć się przed pojawieniem się ucznia w szkole. Jednak w każdym momencie możliwe jest takie przystosowywanie przestrzeni, by poprawić jego bezpieczne i samodzielne funkcjonowanie w szkole. Wiele adaptacji można dokonać niskim kosztem z wykorzystaniem ogólnodostępnych materiałów (etykiety brajlowskie, oznakowania drzwi, schodów, informacje tekstowe w brajlu i druku powiększonym).

Warunki psychospołeczne

Integracja w szkolnictwie ogólnodostępnym nie może mieć tylko charakteru lokacyjnego. Włączenie ucznia niewidomego lub słabowidzącego do placówki, nawet najlepiej przygotowanej pod względem przestrzenno-architektonicznym, nie zapewni mu właściwych możliwości edukacji i rozwoju. Aby można było mówić o integracji funkcjonalnej konieczne jest wzmacnianie samodzielności ucznia z dysfunkcją wzroku. Ważna jest również pedagogizacja społeczności szkolnej w odniesieniu do właściwych form interakcji pomiędzy osobami pełnosprawnymi i niepełnosprawnymi, możliwości wspierania osób z dysfunkcją wzroku i modyfikacji nieprawidłowych postaw społecznych względem nich.

Kolejnym warunkiem bezpiecznego funkcjonowania ucznia z dysfunkcją wzroku w szkole ogólnodostępnej i integracyjnej będzie więc wyposażenie go w umiejętności i narzędzia wzmacniające samodzielność. Dotyczyć to musi takich sfer jak m. in. poruszanie się i zdobywanie informacji. Tu niezbędne jest dodatkowe oddziaływanie w ramach zajęć lekcyjnych i specjalistycznych (w zależności od potrzeb, w zakresie: terapii widzenia, nauki brajla, orientacji przestrzennej, rehabilitacji podstawowej, wykorzystania technologii wspomagających i innych).

Uczniowie niewidomi i słabowidzący powinni zostać dokładnie zapoznani z przestrzenią szkoły, jej topografią: najważniejszymi pomieszczeniami i szlakami komunikacyjnymi (korytarzami, schodami, windami). W wielu przypadkach niezbędna będzie praca ucznia z instruktorem orientacji przestrzennej (nauka technik poruszania się z przewodnikiem, białą laską, technik ochronnych). W sytuacji ucznia słabowidzącego, korzystającego z pomocy optycznych (lupy, lunety), ważne będzie również doskonalenie umiejętności wykorzystywania pomocy w orientacji: do lokalizowania obiektów, czy zyskiwania szczegółowych danych o nich z bliskich odległości.

Należy również zapewnić uczniowi z dysfunkcją wzroku środki dydaktyczne. Pod-

stawową pomocą są zaadaptowane do brajla i powiększonego druku podręczniki oraz książki pomocnicze. Warto pamiętać o tym, iż współcześnie powstające podręczniki dla osób z dysfunkcją wzroku zachowują strukturę i treść podręczników w normalnym druku. Zawierają m.in. podwójną numerację: oryginalną i brajlowską lub wersji w powiększonym druku (adaptacje podręczników są kilka razy większe pod względem objętości, stąd dodatkowe numery stron). Dzięki temu można korzystać z tych samych materiałów w ramach pracy z całą klasą, a polecenia nauczyciela mogą być kierowane do wszystkich, nie zaś osobno do osób widzących, a osobno do osób z dysfunkcją wzroku.

Wytyczne dla dyrektorów szkół i placówek, chcących pozyskać podręczniki dla uczniów niewidomych i słabowidzących oraz lista zaadaptowanych podręczników, dostępne są na stronie internetowej Ośrodka Rozwoju Edukacji w zakładce *Adaptacja podręczników*.

Uczniowie niepełnosprawni wzrokowo powinni mieć zapewnione również inne pomoce dydaktyczne, takie jak wypukłe mapy, globusy, linijki (czytelne dotykowo i jednocześnie dostosowane dla słabowidzących). Odpowiednie środki dydaktyczne będą wzmacniać samodzielność osób z dysfunkcją wzroku. Niezbęd-



Czasopisma dedykowane dzieciom z dysfunkcją wzroku – w druku powiększonym oraz w brajlu (wydawca: Polski Związek Niewidomych)



Dotykowe oznaczenie szafek dla uczniów niewidomych

W przypadkach uczniów młodszych warto wykorzystać do oznaczenia ich szafek, w których przechowują materiały, rozmaite elementy atrakcyjne dotykowo. Oprócz etykiety z napisem w brajlu (na zdjęciu widoczna jako biały element) zastosowano naklejki różniące się kształtem z wypukłymi elementami oraz breloczki przymocowane do uchwytów szafek.

ne jest również przygotowanie stanowiska komputerowego dostosowanego do możliwości ucznia. Powinien być na nim zainstalowany program odczytu ekranu, który przetwarza dane wyświetlane na monitorze i przekazuje je w formie dźwiękowej, dzięki syntezatorowi mowy lub w formie dotykowej, dzięki linijce brajlowskiej (specjalnemu panelowi, na którym wyświetlają się znaki alfabetu Braille'a, przekazujące dane z ekranu komputera). Na potrzeby uczniów słabowidzących warto również zaopatrzyć stanowisko komputerowe w program powiększający, który zmienia wielkość obrazu wyświetlanego na ekranie stosownie do potrzeb użytkownika. Można również zaopatrzyć komputer w powiększoną klawiaturę, co może ułatwić pracę uczniowi (dzięki zastosowaniu na niej kontrastowi barwnemu oraz powiększeniu przycisków i oznaczeń). Ważnym dodatkiem do stanowiska komputerowego jest skaner oraz oprogramowanie komputera pozwalające rozpoznawać druk (OCR). Umożliwia zeskanowanie tekstu drukowanego i przekształcenie go na elektroniczny plik tekstowy za pomocą programu OCR. Plik można odczytywać na komputerze za pomocą wcześniej zaprezentowanych narzędzi lub odpowiednio dostosować do potrzeb czytelnika w edytorze tekstowym i wydrukować w powiększonej czcionce. Zaopatrzenie szkoły w drukarkę brajlowską umożliwi dodatkowo wydruko-

wanie tekstu w brajlu. Narzędzia tyfloinformacyjne znacznie zwiększają dostęp ucznia z dysfunkcją wzroku do informacji i wiedzy.

Zawsze należy waloryzować możliwość wykonywania jak największej liczby zadań szkolnych samodzielnie przez uczniów z dysfunkcją wzroku, bo jest to dla nich istotny warunek pocucia włączenia do społeczności uczniowskiej i doświadczania sukcesu, własnej sprawczości. Elementy te budują pozytywny obraz własnej osoby.

Szczególnym zagrożeniem dla budowania pozytywnego obrazu własnej osoby oraz pocucia akceptacji uczniów z dysfunkcją wzroku w szkole integracyjnej i ogólnodostępnej są różne formy nastawienia, niezrozumienia, niewłaściwych ocen prezentowanych przez widzących. Osoby niewidome i słabowidzące wskazują na takie ich przejawy, jak:

- wyrażanie przekonania, że niewiele potrafią samodzielnie zrobić i wymagają opieki;
- traktowanie ich jak osób niewystarczająco sprawnych intelektualnie;
- nieumiejętna pomoc (popychanie zamiast bycia przewodnikiem, udzielanie nieprecyzyjnych informacji i ostrzeżeń, np. „uważaj”, które nie dostarczają wiedzy o konkretnym niebezpieczeństwie, zamiast np. „uważaj, schody w dół”);
- nieświadomość, w przypadku, gdy niepełnosprawność jest niewidoczna, skutkuja-

ca kierowaniem pejoratywnych uwag lub wyzwisk pod adresem niewidomych;

- brak refleksji w postępowaniu (przestawianie sprzętów bez podania informacji o tym, wykorzystywanie materiałów wizualnych podczas lekcji bez dodatkowego komentarza, co się na nich znajduje);
- niezdrowa ciekawość, przybierająca formę sprawdzania niewidomego, by zobaczyć, czy poradzi sobie z zadaniem;
- celowa złośliwość (por. Życzyńska-Ciołek, 2008, s. 272-273).

Można przypuszczać, że część z tych błędnych przekonań i negatywnych zachowań jest skutkiem funkcjonujących w świadomości społecznej stereotypów względem osób niewidomych.

Z dociekań K. Czerwińskiej na temat sposobu postrzegania osób niewidomych przez dzieci widzące w wieku wczesnoszkolnym, kształtujące się w szkołach ogólnodostępnych wynika, że stereotypy dotyczące cech i zachowań niewidomych są podzielane przez badaną grupę. W większości przypadków dzieci przypisywały niewidomym negatywne atrybuty, między innymi takie, jak: ubóstwo, smutek, słabość, nieszczęście.

Specyficzne okazało się też odbieranie osoby niewidomej jako zależnej i potrzebującej pomocy. Wypowiedzi ujawniły niską i/lub ▶



Na zdjęciu zaprezentowano dwa urządzenia: powiększalnik telewizyjny (na górze) oraz drukarkę brajlowską (na dole). Po lewej stronie widoczny jest również fragment wygrzewarki służącej do tłoczenia wypukłych rysunków.

Powiększalnik telewizyjny służy uczniom słabowidzącym do czytania, pisania, rysowania, oglądania wykresów, zdjęć, map, diagramów. Pozwala uzyskać powiększenie obrazu nawet do 64 razy oraz zmieniać kontrast pomiędzy elementami oglądanego obiektu. Składa się z kamery, elektronicznego mechanizmu powiększającego, ekranu i ruchomego stolika, który służy do ułożenia oglądanego materiału. W niektórych modelach powiększalnika jest możliwość podłączenia kamery zewnętrznej, która skierowana np. na tablicę, umożliwi oglądanie jej w powiększeniu na monitorze.

Drukarka brajlowska, podłączona do komputera umożliwia drukowanie tekstów dla osób niewidomych w brajlu. Na zdjęciu przedstawiona jest w specjalnej, dźwiękoszczelnej szafce, ponieważ tłoczenie znaków brajlowskich powoduje duży hałas.

▶ mało rzetelną wiedzę dotyczącą funkcjonowania osób niewidomych, ich potrzeb i możliwości oraz wykazały skutki braku zajęć dotyczących zagadnienia niepełnosprawności (Czerwińska, 2011, s. 46-54).

Niewiedza i brak wcześniejszych kontaktów z osobami niepełnosprawnymi wzrokowo są podstawowymi przyczynami powstawania i utrwalania stereotypów i uprzedzeń. Zatem dostarczenie rzetelnych informacji o możliwościach i realnej sytuacji osób niewidomych jest pożądaną praktyką.

Jednym ze sposobów dostarczenia wiedzy o funkcjonowaniu osób niewidomych i słabowidzących jest pakiet „Odkrywanie prawdy o ślepotcie – teczka nauczycielska”.

Został on przystosowany do potrzeb odbiorcy polskiego przez P. Gindricha i Z. Kazanowskiego z brytyjskiego pierwowzoru „Finding out about blindness – teacher’s pack”. Składa się on z poradnika dla nauczyciela, konspektów lekcji, kart aktywności, kart informacyjnych i prospektów, środków dydaktycznych i plakatów. Podstawowe elementy programu i odsyłacze do pomocy dydaktycznych są dostępne w serwisie [Edukacja specjalna](#). Celem wykorzystania zestawu materiałów jest poszerzenie treści nauczania o informacje dotyczące niewidzenia i słabowzroczności, zwiększenie świadomości tyflogicznej

dzieci i nauczycieli, korygowanie powszechnie spotykanych mylnych wyobrażeń osób widzących o niepełnosprawnych wzrokowo, pokazywanie, w jaki sposób ludzie widzący mogą pomóc ludziom z dysfunkcją wzroku, stymulowanie społecznego i indywidualnego rozwoju dzieci, a także kształtowanie u nich poczucia odpowiedzialności. Jest to kompletny materiał, dostarczający wiedzy nauczycielom i uczniom, a dodatkowe pomoce dydaktyczne, jak plansze i schematy, uatrakcyjniają proces nabywania wiedzy.

Proponowane są też różne metody nauczania, między innymi sytuacyjne i z wykorzystaniem dramy. Program został tak przygotowany, że może być realizowany na różnych poziomach edukacyjnych. J. Kirenko i P. Gindrich przeprowadzili badania sprawdzające efekty realizacji programu wśród gimnazjalistów szkół ogólnodostępnych. Potwierdzili oni, że wzbogacił on wiedzę uczniów o funkcjonowaniu układu wzrokowego i problemach ludzi niewidomych i słabowidzących. Realizacja programu wpłynęła również pozytywnie na zmianę nastawienia badanej młodzieży gimnazjalnej względem osób niepełnosprawnych (2007, s. 107-244).

Dostarczanie wiedzy o funkcjonowaniu i możliwościach uczniów z dysfunkcją wzroku oraz właściwych formach wsparcia jest bardzo ważną strategią, ale, jak zauważa

S. Sadowska, nie jest strategią wystarczającą, ponieważ nadmiernie koncentruje uwagę na różnicach, z pominięciem wspólnych pól (2005, s. 130). Należy więc oprócz podawania informacji, aranżować takie sytuacje, w których możliwe będzie nawiązywanie kontaktów z osobami o niepełnej sprawności, w tym niewidomymi i słabowidzącymi jako zwyczajnymi uczestnikami sytuacji komunikacyjnych, w których dostrzegalne różnice nie będą jedynymi cechami charakteryzującymi. Ogromne znaczenie ma w tym obszarze etap wczesnoszkolny, w którym dzieci tworzą schemat kontaktu z innymi rówieśnikami, możliwy do zastosowania, jako przykład w interakcjach z osobami niepełnosprawnymi w późniejszym czasie (Marzec, 2002, s. 66).

W tym kontekście warto przywołać materiał edukacyjny dla klasy I-III szkoły podstawowej „Razem w szkole podstawowej”, autorstwa Danuty Gorajewskiej. Wspiera on program Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji „Czy naprawdę jesteśmy inni? Razem w naszej szkole”. Celem publikacji i zawartych w niej ćwiczeń jest poszerzenie kompetencji społecznych uczniów, budowanie przekonania, że niepełnosprawność jest integralnym elementem życia ludzkiego, w tym – odnosząc się do doświadczeń dzieci – komponentem stosunków panujących w klasie oraz kształtowanie właściwych postaw społecznych. ▶



Podręcznik brajlowski oraz maszyna do pisania w brajlu – niezbędne wyposażenie ucznia niewidomego w pracy szkolnej.



▶ Założone cele realizowane są poprzez szereg ćwiczeń, w których dzieci z niepełnosprawnością, głównie z dysfunkcją narządu ruchu, niewidome, niepełnosprawne słuchowo, prezentowane są jako samodzielne i niezależne na miarę swoich możliwości. Ukazywane są ponadto rozmaite sytuacje, w których każdy uczeń może potrzebować pomocy i każdy pomocy może udzielić, niezależnie od swojej pełnej lub niepełnej sprawności.

Publikacja ma określoną strukturę. Składają się na nią:

- Hasła-skróty tematyczne, z którymi koresponduje treść ćwiczeń, np. „W nowej klasie”, „Podobieństwa i różnice”, „Każdy jest ważny”, „Prawa i obowiązki”, „Inaczej nie znaczy gorzej”, „Pomocna dłoń”, „Normalnie, czyli jak”, „Jak okazać komuś, że się go lubi” i inne. Koncentrują się one wokół: przestrzeni szkoły i klasy, sytuacji bycia uczniem, nawiązywania i utrzymywania kontaktów, wspólnej nauki i zabawy.
- Polecenia do ćwiczeń. Najczęściej składają się z dwóch części: informacji wprowadzającej, o charakterze wychowawczym oraz instrukcji wykonania konkretnego zadania. Na przykład pod hasłem „Pomocna dłoń” znajdziemy wprowadzenie „Nikt nie jest doskonały. Każdy czasem potrzebuje pomocy innych. Każdy może pomóc innym. Pomyśl, w czym jesteś słaby, a co jest twoją mocną stroną. W czym potrze-

bujesz pomocy, a w czym mógłbyś pomóc innym”. A następnie: „Znajdź na obrazkach i w dowolny sposób pokoloruj osoby, które pomagają innym”.

- Konkretnie zadania do wykonania, takie jak uzupełnienie diagramu, ułożenie układanki, rozwiązanie krzyżówki i inne. Problematyka niepełnosprawności pojawia się w postaci haseł, rozwiązań zadań, np. „Niepełnosprawni – normalna sprawa”, „Osoba niepełnosprawna to nie tylko ktoś, komu trzeba pomagać”, „Pomagać sobie nawzajem”, „Wszystkie dzieci mają prawo do nauki razem w szkole”. Oprócz tego na prezentowanych obrazkach ukazani są uczniowie pełnosprawni i niepełnosprawni, zarówno podczas nauki, jak i zabawy. Gdy w zadaniu należy odgadnąć, kto z kim siedzi w ławce, uczniowie niepełnosprawni są charakteryzowani poprzez kolor włosów, strój, nie zaś poprzez znamiona niepełnosprawności (biała laska, wózek inwalidzki).

Tego typu strategie wychowawczo-dydaktyczne są szczególnie ważne. Pozwalają one uniknąć niebezpieczeństwa, które polega na kształtowaniu w uczniach pełnosprawnych tylko postawy pomocy. Oczywiście bardzo ważne jest uwrażliwianie na trudności osób niepełnosprawnych, niewidomych i słabowidzących oraz nauczanie właściwych form wsparcia. Nie można jednak utrzymywać jedy-

nie wzorca relacji pomocowej, bo może ona zostać zrytualizowana. Wtedy nie będzie służyć społecznemu włączaniu i dwustronnej równorzędnej relacji osób niepełnosprawnych z pełnosprawnymi, lecz jednostronnemu narzucaniu zawężonej płaszczyzny kontaktu, a to zaprzecza idei inkluzji społecznej.

Podsumowując zarysowane konteksty funkcjonowania ucznia z dysfunkcją wzroku w szkole ogólnodostępnej i integracyjnej, należy podkreślić, że jego bezpieczeństwo powinno być postrzegane szeroko. Po pierwsze w odniesieniu do sfery fizyczno-zdrowotnej, co warunkowane jest właściwą adaptacją przestrzeni szkoły oraz przygotowaniem i wspieraniem ucznia. Po drugie w odniesieniu do sfery psychospołecznej – możliwości zaspokajania potrzeb związanych z realizacją przez ucznia zadań szkolnych i członkostwem w grupie rówieśniczej. Obydwa kierunki dbałości o ucznia wymagają przede wszystkim wiedzy i refleksji ze strony wszystkich podmiotów biorących udział w procesie edukacji i wychowania szkolnego.

Emilia Śmiechowska-Petrovskij ▶



Emilia Śmiechowska-Petrovskij

Od 2009 r. asystent w Katedrze Pedagogiki Specjalnej i Integracyjnej Wydziału Nauk Pedagogicznych Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie. Jest tyflopedagogiem i filologiem polskim, absolwentką Akademii Pedagogiki Specjalnej oraz Uniwersytetu Warszawskiego.

W latach 2008–2011 prowadziła kursy orientacji przestrzennej dla osób niepełnosprawnych wzrokowo, zajmowała się adaptacją podręczników szkolnych i książek pomocniczych do potrzeb odbiorców niewidomych i słabowidzących, była również członkiem zespołu przygotowującego multimedialny pakiet edukacyjny wspierający naukę braille przez osoby z dysfunkcją wzroku.

Od 2009 r. prowadzi kursy technik brailowskich dla pedagogów, przygotowujących się do pracy z osobami niewidomymi. Od 2011 pełni funkcję eksperta Ośrodka Rozwoju Edukacji ds. weryfikacji podręczników i książek pomocniczych w brailu i powiększonym druku, wykonanych na zlecenie Ministerstwa Edukacji Narodowej.

► Bibliografia¹

Adamowicz-Hummel A., (2001), *Posługiwanie się wzrokiem przez dzieci słabo widzące*, [w:] *Poradnik dydaktyczny dla nauczycieli realizujących podstawę programową w zakresie szkoły podstawowej i gimnazjum z uczniami niewidomymi i słabo widzącymi*, Jakubowski S. (red.), Warszawa: MEN. | Błaziak M., Kałkus A., (2008), *Adaptacja klasy pod kątem potrzeb i możliwości ucznia z dysfunkcją wzroku*, w: *Edukacja równych szans*, Paplińska M. (red.), Warszawa: Wyd. UW. | Czerwińska K., (2011), *Obraz osób niewidomych w opiniach dzieci w wieku wczesnoszkolnym – komunikat z badań*, „Niepełnosprawność i Rehabilitacja”, nr 1. | Czerwińska K., (2007), *Stereotypy i uprzedzenia wobec osób niewidomych i słabo widzących – przegląd badań*, „Wychowanie na co dzień”, nr 7/8. | Duffy M., Maj W., (2000), *Ocena i adaptacja miejsca pracy dla osób niewidomych i słabo widzących*, w: *Poradnik pracodawcy osób niewidomych i słabo widzących*, Warszawa: Fundacja AWARE Europe. | Duffy, M., (2002), *Ocena i modyfikacja otoczenia dla osób słabowidzących*, „Zeszyty Tyflogiczne”, nr 20, Warszawa: PZN. | Gorajewska D., (2006), *Fakty i mity o osobach z niepełnosprawnościami*, Warszawa: Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji. | Gorajewska D., (2010), *Razem w szkole*, Warszawa: Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji. | Kirenko J., Gindrich P., (2007), *Odkrywanie niepełnosprawności wzrokowej w nauczaniu włączającym*, Lublin: Wydawnictwo Akademickie WSP. | Majewski T., (2002), *Tyflopsychologia rozwojowa*, Warszawa: PZN. | Marzec E., (2002), *Modyfikacja postaw wobec osób z dysfunkcją wzroku*, w: *Postawy wobec niepełnosprawności*, Frąckiewicz L. (red.), Katowice: Wyd. Uczelniane AE. | Osoby niewidome i słabowidzące w przestrzeni publicznej – zalecenia, przepisy, dobre praktyki, praca zbiorowa, Warszawa: PZN. | Sadowska S., (2005), *Ku edukacji zorientowanej na zmianę społecznego obrazu osób niepełnosprawnych*, Toruń: Akapit. | Życzyńska-Ciołek D., (2008), *Osoby z deficytami wzroku*, w: *Osoby z ograniczoną sprawnością na rynku pracy – portret środowiska*, Łukowski W. (red.), Warszawa: Wyd. Academica.

¹ Pisownia wyrazów słabowidzący/słabo widzący we wszystkich tytułach zachowana zgodnie z oryginałem.

Adaptacja podręczników szkolnych i książek pomocniczych przeznaczonych dla uczniów niewidomych i słabowidzących

Ośrodek Rozwoju Edukacji od 2010 r. realizuje zadanie polegające na koordynacji działań związanych z adaptacją podręczników szkolnych i książek pomocniczych przeznaczonych dla uczniów niewidomych (w systemie Braille'a) i słabowidzących (w druku powiększonym).

Pełna lista zaadaptowanych podręczników, w podziale na etapy edukacyjne, znajduje się na stronie Ośrodka Rozwoju Edukacji – Wydział Specjalnych Potrzeb Edukacyjnych zakładka [Adaptacja podręczników](#).

Informujemy, że zbierane są już zapotrzebowania na podręczniki i książki pomocnicze **do wykorzystania w roku szkolnym 2013/2014**.

Zapotrzebowania należy przesłać **do 30 kwietnia 2013 r.** (termin nadsyłania zapotrzebowań jest związany z możliwością wydruku).

Pełna informacja dotycząca pozyskania przez szkoły i placówki podręczników na kolejny rok szkolny znajduje się na stronie ORE w zakładce [Adaptacja podręczników](#).

Wersje elektroniczne zaadaptowanych podręczników udostępniane są nieodpłatnie na stronie internetowej Ośrodka Rozwoju Edukacji w specjalnie opracowanym w tym celu systemie informatycznym, umożliwiającym ich pobieranie i drukowanie w całości lub części, zgodnie z indywidualnymi potrzebami edukacyjnymi uczniów.

Opracowała: **Monika Wawrzeńczyk**

ORE OŚRODEK
ROZWOJU
EDUKACJI

Rok 2013 rokiem Juliana Tuwima

Ostatni rok minął pod patronatem Janusza Korczaka, zaś obecny należeć będzie do Juliana Tuwima. W 2013 r. mija 60 lat od jego śmierci i 100 lat od poetyckiego debiutu – publikacji wiersza *Prośba* w „Kurierze Warszawskim”.

Patronat Tuwima zaproponował Urząd Miasta Łodzi i Stowarzyszenie Pisarzy Polskich Oddział w Łodzi. W październiku pomysł poparła sejmowa Komisja Kultury i Środków Przekazu. Sejm RP przyjął zgłoszoną uchwałę, argumentując: „Obie rocznice stanowią okazję do oddania hołdu temu wielkiemu poecie, który kształtował język, wyobraźnię i społeczną wrażliwość wielu pokoleń Polaków, ucząc ich zarazem poczucia humoru i ukazując optymizm codziennego życia. Sejm Rzeczypospolitej Polskiej, przekonany o szczególnym znaczeniu dorobku poety dla dziedzictwa narodowego, ogłasza rok 2013 Rokiem Juliana Tuwima”.

Julian Tuwim urodził się 13 września 1894 r. w Łodzi w żydowskiej rodzinie. Był jednym z naj-

popularniejszych poetów dwudziestolecia międzywojennego i współzałożycielem kabaretu literackiego Pod Picadorem oraz grupy poetyckiej Skamander. Autor tekstów kabaretowych, rewii oraz politycznych. Podpisywał się ponad czterdziestoma pseudonimami, m.in. Oldlen, Tuwim, Schyzio Frenik, Wim, Roch Pekieński. Był także tłumaczem poezji rosyjskiej, francuskiej, łacińskiej i niemieckiej. Wiele jego utworów weszło na trwałe do kanonu literatury dziecięcej – kolejne pokolenia wychowują się na *Lokomotywie*, *Ptasim radiu* czy *Słoniu Trąbalskim*.

Tuwim był znany z ciętej riposty i błyskotliwych uwag, które do dziś bywają celnym podsumowaniem naszej rzeczywistości, jak choćby: „Plan – coś, co potem wygląda absolutnie inaczej”.

Obchodom będą towarzyszyć wydarzenia kulturalne, m.in. ogólnopolskie konkursy, spotkania, debaty, koncerty, spektakle teatralne, happenin-gi, imprezy organizowane na trasie Łódź–Warszawa. Do akcji przyłączają się licznie biblioteki

pedagogiczne – o wszystkich inicjatywach informujemy na stronie internetowej [ORE](#).

Koło Literatury XX wieku działające przy Wydziale Polonistyki Uniwersytetu Warszawskiego organizuje ogólnopolską konferencję naukową *Profile Tuwima*, która odbędzie się 14 maja 2013 r. w Sali Brudzińskiego w Pałacu Kazimierzowskim. Konferencja będzie się składać z dwóch bloków tematycznych. Podczas pierwszego bloku (*Post-Tuwim*) uczestnicy postarają się odpowiedzieć na pytanie, czy Tuwim istotnie zmienił i nowocześnieł literaturę polską – zarówno w sferze językowej jak i tematycznej. Drugi blok – *Re-Tuwim* – będzie nie tylko próbą rewizji dotychczasowych interpretacji Tuwima, lecz także poszukiwaniem dotąd pomijanych lub ogólnikowo opisywanych sfer jego twórczości. Konferencję zakończy panel dyskusyjny.

Opracowała: **Agnieszka Brodowska**



Konferencja „Profile Tuwima” na UW



Ławeczka Tuwima w Łodzi

Medytacja chrześcijańska w polskiej szkole?

„Uspokaja, wprowadza równowagę wewnętrzną, wzmacnia poczucie własnej wartości. Modlitwa ciszy może być niezwykle ważna w kontekście szkoły, która dla młodego człowieka jest często bardzo stresującym miejscem” – uważa B. Białek, psycholog, redaktor naczelny miesięcznika „Charaktery”. Potwierdzają to doświadczenia z Australii i Wielkiej Brytanii, gdzie młodzież i nauczyciele odnieśli już w na tym polu wiele korzyści. Czym zatem może stać się medytacja chrześcijańska dla polskiej szkoły?

Ponad jedna trzecia nauczycieli w Polsce przyznaje, że agresja szkolna – między uczniami i wobec nauczycieli – stanowi bardzo poważny problem. Negatywny stosunek do katechetów staje się codziennością. Młodzież coraz częściej cierpi na depresję i lęki, lawinowo wzrasta liczba prób samobójczych i dokonanych samobójstw. Już ponad 900 tys. dzieci i nastolatków w naszym kraju potrzebuje pomocy psychologiczno-psychiatrycznej.

„Pomysł wprowadzenia medytacji chrześcijańskiej do polskich szkół brzmi dziś abstrakcyjnie, ale da się to zrobić, o czym mówili goście z Australii, którzy od pięciu lat pilotują taki program w tamtejszych szkołach i osiągnęli rewelacyjne wyniki”² – mówi P. Żak,

redaktor naczelny dwumiesięcznika „Psychologia w Szkole”. Tego rodzaju program jest możliwy do wprowadzenia, jeśli dyrektorzy szkół, nauczyciele i katecheci zainteresują tą ideą biskupów w swoich diecezjach.

31 stycznia i 1 lutego br. odbyły się w Warszawie konferencja i warsztaty dla nauczycieli *Medytacja dzieci i młodzieży w szkole*. Ich celem było zapoznanie uczestników z doświadczeniami i sprawdzonymi rozwiązaniami szkół w Australii i Wielkiej Brytanii oraz zainteresowanie wprowadzeniem medytacji chrześcijańskiej do polskich szkół. W wydarzeniu wzięło udział ponad 160 osób – głównie dyrektorów, nauczycieli, katechetów, psychologów i socjologów z różnych placówek wychowawczych.

Swoją wiedzę dzielili się: dr C. Day i E. Christie – dyrektorzy Biura Edukacji Katolickiej Diecezji Townsville w Australii, L. Freeman OSB – dyrektor Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej (WCCM) i B. Białek – psycholog, redaktor naczelny miesięcznika „Charaktery”. Spotkanie zostało zorganizowane przez Światową Wspólnotę Medytacji Chrześcijańskiej i Wydawnictwo Charaktery pod patronatem Wydawnictwa Jedność, Collegium Bobolanum oraz Centrum Myśli Jana Pawła II.

Konferencji przyświecały słowa Jana Pawła II: „Nieodzowną jest rzeczą, by dziecko prowadzić do rzeczywistego i głębokiego milczenia wewnętrznego, które jest pierwszym warunkiem słuchania”³.



Światowa Wspólnota Medytacji Chrześcijańskiej (WCCM)

To ekumeniczna organizacja obecna w ponad 100 krajach. Jej misją jest praktykowanie i nauczanie medytacji w tradycji chrześcijańskiej, w duchu powszechnej służby i jedności.

[Więcej informacji](#)

¹ Wypowiedź dla serwisu KAI z dn. 15.01.2013 r. zapowiadająca konferencję *Medytacja dzieci i młodzieży w szkole*.

² Wypowiedź dla serwisu KAI z dn. 3.02.2013 r. podsumowująca konferencję *Medytacja dzieci i młodzieży w szkole*.

³ Cytat pochodzi z przemówienia papieża Jana Pawła II, wygłoszonego 6.12.1984 r. podczas spotkania z nauczycielami włoskich katolickich szkół podstawowych.

► Program nauczania medytacji chrześcijańskiej sprawdzili się w katolickich szkołach Australii oraz Wielkiej Brytanii, gdzie został wprowadzony w 2006 r. Obecnie jest z powodzeniem wdrażany w wielu szkołach, m.in. w Wielkiej Brytanii, Irlandii, Ameryce, na Filipinach, w Indonezji i Singapurze – łącznie w 21 krajach. Wydawnictwo Jedność w 2012 r. wydało w języku polskim książkę *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, która stanowi kompendium tych doświadczeń. Podręcznik przybliży nowe podejście do duchowej edukacji i stanowi inspirację dla szkół oraz rodzin na całym świecie. Jasno przedstawia założenia programu uczenia medytacji chrześcijańskiej dzieci w wieku od 5 do 17 lat i zawiera praktyczne wskazówki dla nauczycieli, wychowawców oraz rodziców. Do książki dołączony jest film *Medytacja chrześcijańska z dziećmi*. Publikacja ta może stać się ważnym wkładem w budowanie kontemplatywnej świadomości polskich dzieci i młodzieży.

„Medytacja przynosi wiele korzyści na poziomie ciała, psychiki i ducha, a przy tym jest egalitarna” – pisze we wstępie do książki A. Ziółkowski, koordynator WCCM w Polsce. „Wszyscy – dorośli i dzieci – jesteśmy narażeni na przytłaczający nadmiar słów, doświad-

czeń, bodźców. Ta nadobfitość sprawia, że słowa, nawet te ważne i mądre, giną w zalewie informacji dostarczanych nam każdego dnia. Medytacja stawia tamę temu potokowi słów, dając wytchnienie naszemu ciału, umysłowi i sercu. Warto, by takie doświadczenie mogło być także udziałem dzieci. One również bardzo potrzebują dzisiaj uspokojenia, refleksji, a przede wszystkim poczucia Bożej miłości” (Christie, 2012, s. 6).

Cenne doświadczenia

Światowa Wspólnota Medytacji Chrześcijańskiej (WCCM) i jej australijska gałąź medytujących chrześcijan wraz z Biurem Edukacji Katolickiej w diecezji Townsville w Australii oraz wychowawcami szkół katolickich w diecezji Sandhurst i St. Mary w stanie Victoria wypracowały program wprowadzenia medytacji chrześcijańskiej jako modlitwy w szkołach podstawowych i średnich. Został on zainicjowany w 2006 r. w 31 szkołach katolickich w Queensland w Australii i objął ponad 10 tys. uczniów pomiędzy 5. a 18. rokiem życia.

„W naszym niezrównoważonym świecie nauczanie medytacji chrześcijańskiej jest sposobem, w jaki możemy pomóc przywrócić

równowagę w życiu uczniów i nauczycieli” – uważa E. Christie. „Jeśli naprawdę jesteśmy nauczycielami z powołania, to będziemy postrzegać edukację całościowo. Wiele napisano o tym, jak rozwijać dzieci fizycznie, intelektualnie, emocjonalnie i społecznie, ale mało jest publikacji na temat, jak uczyć dzieci, by rozwijać ich duchowość”⁴.

„W naszych szkołach naucza się medytacji od podstawówki do szkoły średniej” – relacjonuje dr C. Day. „Wszystkie dzieci medytują regularnie przynajmniej raz w tygodniu. Są szkoły, gdzie medytacja odbywa się codziennie lub dwa, trzy razy w tygodniu. Nasi uczniowie, kiedy dorastają, chcą medytować nadal”.

Medytacja w kontekście wiary chrześcijańskiej może być praktykowana w szkole katolickiej jedna z form modlitwy oraz w sposób czysto świecki w szkole państwowej lub w klasie wyznań mieszanych. Zdolność do medytacji jest zakorzeniona w każdej ludzkiej duszy. Dzieci wszystkich wyznań mogą medytować razem, ponieważ tworzy się w ten sposób wspólnota, która pozwala żyć w harmonii pośród różnorodności przekonań i może być bez przeszkód praktykowana w każdej grupie. ►

⁴ Wypowiedzi ekspertów i praktyków (E. Christie, C. Day, L. Freeman, A. Valey i K. Nataraja), jeśli nie podano inaczej, pochodzą z filmu dokumentalnego *Medytacja chrześcijańska z dziećmi* dołączonego do wspomnianej książki E. Christie *Medytacja chrześcijańska w szkołach*.

► W Wielkiej Brytanii praktykę medytacji chrześcijańskiej podjęło ponad 100 szkół w całym kraju, w których łącznie uczy się 25 tys. dzieci. Nauczyciele są zgodni, że korzyści płynące z medytacji są widoczne na pierwszy rzut oka. „W naszej szkole medytacja sprawia, że dzieci są spokojniejsze, bardziej skupione i z całą pewnością lepiej przyswajają nowy materiał” – relacjonują. „Nasze dzieci bardzo lubią chwile ciszy i spokoju podczas medytacji. Dla nich to wyjątkowe momenty w szkole i chcą ich mieć w ciągu dnia jak najwięcej”⁵.

Brytyjscy nauczyciele zauważają, że medytacja ma wpływ na postępy w nauce, rozumienie samych siebie i umiejętność utrzymywania dobrych relacji, zarówno z rówieśnikami jak i z rodzicami. Klasy postrzegane jako trudne, w których traci się dużo czasu, szczególnie pomiędzy przerwą obiadową a lekcjami popołudniowymi, nagle przestają być tak problematyczne. Wiele słabszych psychicznie i niespokojnych dzieci w bardzo krótkim czasie przeszło znaczną przemianę. Nauczyły się panować nad sobą i radzić sobie z agresją. Stały się o wiele bardziej pewne siebie i zaniósł ten spokój, którego się nauczyły w szkole, do własnych domów. Brytyjskie Kuratorium Oświaty

uznało, że medytacja ma pozytywny wpływ na zachowanie dzieci.

Ze skarbca tradycji

Medytacja jest częścią tradycji i mądrości wszystkich wielkich religii. Jej chrześcijańska odmiana wyróżnia się tym, że prowadzi do otwarcia się ku bliźnim. Jest ona w tradycji chrześcijańskiej jedną z form modlitwy, najprostszą, bezinteresowną postacią kontaktu z Bogiem na poziomie serca, bez użycia słów. W ten sposób modlili się pierwsi mnisi chrześcijańscy. Tradycję tę nazywamy czystą modlitwą. Porzucamy w niej myśli i obrazy, przenosimy się z umysłu do serca, które jest symbolem całej osoby: ciała, umysłu i ducha. „Ważna jest prostota” – tłumaczy o. L. Freeman OSB. „Wybieramy krótkie zdanie lub słowo modlitwy, które z czasem zakorzenia się w nas, ale nie koncentrujemy się na jego znaczeniu. Powtarzamy je wewnątrz łagodnie i wiernie w czasie całej medytacji, dystansując się w ten sposób od własnych myśli. Stanowi to element dyscypliny oraz drogę wiary, którą umacnia regularna praktyka”.

Polecane jest siedzenie z prostymi plecami w sposób, który umożliwia pozostanie jednocześnie czujnym i zrelaksowanym, z lek-

ko przymkniętymi oczami i w swoim sercu cicho wypowiadać słowo. Można wybrać imię *Jezus*, bardzo starą chrześcijańską mantrę, słowa *Abba* lub *Maranatha*, co w języku aramejskim oznacza *Przyjdź, Panie*. Wypowiadamy je jako cztery sylaby: Ma-ra-na-tha. Nie myślimy o znaczeniu. Pozwalamy, by zaprowadziło nas od myśli do ciszy. Kiedy umysł ulegnie rozproszeniu, co zazwyczaj następuje w ciągu kilku sekund, pokornie, jak dziecko, powracamy do powtarzania wybranego słowa.

Nauczanie dzieci medytacji jest niezwykle łatwe i lubiane przez nie, a także przynosi wiele korzyści – to odkrycie ostatnich lat. Najpierw musimy wyjaśnić ten zamysł dydaktyczny, gronu pedagogicznemu i rodzicom. Wprowadzanie programu zaczynamy od krótkich, np. jednodominutowych, medytacji. Jej docelową długość należy dopasować do wieku, posługując się w przybliżeniu zasadą „jedna minuta na jeden rok życia”. Ucząc dzieci tej praktyki, podróżujemy razem z nimi. Nie musimy wyjaśniać im zbyt wiele. Zaprosimy je do samodzielnego odkrywania tej drogi, aby to była ich własna modlitwa. Podstawową jej cechą jest prostota, nie wymaga ona specjalnych umiejętności, kwalifikacji czy wiedzy. Materiały informacyjne ►

Program medytacji został wprowadzony do 31 szkół katolickich w Queensland w Australii w 2006 r. Zostało nim objętych ponad 10 tys. uczniów pomiędzy 5. a 18. rokiem życia. W 2010 r. dr J. Champion, psychiatra, przeprowadził w tej grupie badania naukowe w celu wstępnej oceny programu medytacji.

Uczniowie:

- 57% opisało efekty medytacji jako relaksację;
- 61% – jako wyciszenie trwające kilka godzin po medytacji;
- prawie połowa uczniów stwierdziła poprawę koncentracji po medytacji;
- 37% uczniów stwierdziło, że nauczyciele czerpią korzyści z medytacji, która pomaga im wyciszyć się, zrelaksować i odstresować;
- 39% z nich zaczęło medytację poza szkołą szczególnie w czasie zwiększonego poziomu stresu. Uczniowie wymieniali poprawę relacji między sobą jako rezultat medytacji;
- uczniowie zgłaszali, że medytacja wpływa korzystnie na uczniów z trudnościami, co zauważyli też nauczyciele.



Film **A co mówią dzieci?** jest częścią materiału *Medytacja w szkołach* wydanego na CD. Copyright The World Community for Christian Meditation. Produkcja i dystrybucja: Wydawnictwo Jedność ►

⁵ Wypowiedzi pochodzą z filmu dokumentalnego *The School Journey. The Story of Christian Meditation in UK Primary Schools* – produkcja programu Meditatio i wydawnictwa Medio Media International, WCCM 2012.

► i szkoleniowe dotyczące korzeni medytacji chrześcijańskiej oraz jej rezultatów dostępne są bezpłatnie na stronie internetowej [Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej w Polsce](http://ŚwiatowejWspólnotyMedytacjiChrześcijańskiejwPolsce), zapraszamy także do kontaktu: medytacja.szkoły@wccm.pl.

Owoce ciszy

„Medytacja w szkole? Dzieci, które siedzą spokojnie w ciszy, powtarzając jedno słowo? – to przerasta wyobrażenie niejednego nauczyciela. A jednak! Jednym z doświadczeń duchowych, które mimo upływu kilkunastu lat do dzisiaj jest we mnie żywe, to dziesięć minut medytacji z nastolatkami w jednej z londyńskich szkół. Te dziesięć minut radykalnie zmieniło moje postrzeganie owych nadpobudliwych, rozbieganych, lekceważących wszystko młodych ludzi” – wspomina filozof i rekollekcionista, o. J. Poznański (2013, s. 28).

„Kiedy zaczynamy uczyć naszych uczniów medytować, podkreślamy trzy elementy: ciszę, bezruch i prostotę. To ćwiczenie modlitewne jest uczone jako osobista dyscyplina, a proste reguły postawy, zamkniętych oczu i bycia w ciszy przez jedną minutę na każdą chronologiczną liczbę lat jest wystarczająco prostym procesem, by uczyć go w łatwy sposób” – mówi E. Christie (2013, s. 10). „Kiedy pytamy uczniów, co otrzymują dzięki medytowaniu, mówią: *Czuję się spokojniejszy,*

*Łatwiej mi się skoncentrować, Lubię trwać nieporuszony. A kiedy pytamy nauczycieli albo rodziców, słyszymy: *Są miłsi dla swoich przyjaciół, Są bardziej radosni, Są bardziej kochający*”.*

Medytacja owocuje wieloma efektami natury biologicznej, psychologicznej i społecznej. Do najważniejszych należą: obniżenie lęku, polepszenie nastroju, redukcja stresu i zachowań ryzykownych, usprawnienie procesów emocjonalnych, lepsze funkcjonowanie społeczne.

Medytacja regularnie praktykowana w grupie rówieśniczej sprzyja powstawaniu silnych więzi emocjonalnych, tworzy prawdziwą wspólnotę. Redukuje poziom rywalizacji, ponieważ nie wystawiamy z niej ocen, a także podnosi poziom samoakceptacji. Spadają napięcie, zniechęcenie i autoagresja. Wpływa to korzystnie na akceptację innych ludzi, otwartość, wrażliwość i empatię. Poprawia się zdolność do ekspresji emocji, pozytywnych i negatywnych, ale w sposób kontrolowany, który eliminuje nagłe wybuchy złości czy irytacji.

Zgodnie z badaniami prowadzonymi w Duke University Medical Center, w umyśle medytującego zachodzą określone zmiany fizjologiczne. Podwzgorze uwalnia składniki chemiczne, które obniżają ciśnienie krwi

oraz napięcie mięśniowe, wyrównują rytm serca i zwiększają pojemność płuc do absorbowania tlenu. Wzmacnia się również system odpornościowy.

Medytacja szczególnie pomaga dzieciom z zaburzeniami uczenia i ADHD, przyczynia się bowiem do bycia uważnym i wzmacnia umiejętność koncentracji – np. skutkiem medytowania w prywatnej szkole w Silver Spring w stanie Maryland było zwiększenie u uczniów zdolności uwagi i przyswajania wiedzy, wystarczyły dwie sesje dziennie. Podobne rezultaty uzyskano w niedawno przeprowadzonych badaniach nad medytacją w dwóch szkołach podstawowych w Anglii. Po medytacji badane dzieci wykazywały wzrost zdolności do koncentracji i słuchania, większą samodyscyplinę dotyczącą pozostawania w bezruchu i panowania nad emocjami oraz wzrost zdolności do radzenia sobie z rozpraszającymi bodźcami.

Bezcenne korzyści

„Obserwuję, że korzyści z medytacji mają duży wpływ na wszystkie dziedziny funkcjonowania mojej klasy” – mówi A. Vasey, nauczycielka z Australii. „Z pewnością pomaga ona w koncentracji. Używam medytacji, żeby dzieci wyciszyć i skupić przed lekcją. Albo sięgam po nią na końcu jakiejś bardzo trudnej lekcji, lub kiedy dzieci mają ►

► Nauczyciele:

- 79% zauważyło wyciszenie uczniów;
- 37% zauważyło relaksację uczniów;
- prawie połowa nauczycieli zauważyła poprawę koncentracji u uczniów;
- 58% nauczycieli opisało medytację jako wyciszenie i relaksację w ich życiu;
- kilku nauczycieli wskazało medytację jako pomocną w radzeniu sobie ze stresem w ich własnym życiu;
- nauczyciele zauważyli poprawę zachowania prospołecznego uczniów;
- uczniowie i nauczyciele zgłosili zredukowanie złości u uczniów w związku z praktyką medytacji;
- nauczyciele i większość rodziców zgłosiło, że medytacja przyczyniła się do wyciszenia uczniów, kiedy czuli stres lub gniew.

Rodzice:

- większość rodziców oceniła efekty medytacji jako wyciszenie i relaksację ich dzieci.

► trudności w zrobieniu czegoś lub kiedy dużo pracowały. W naszej grupie zwróciłam uwagę na to, że jesteśmy spokojniejsi, bardziej skoncentrowani. Mamy metodę radzenia sobie ze zmartwieniami, zarówno jako grupa, jak i pojedyncze jednostki. Mamy do siebie zaufanie, bo medytujemy razem. Nie ma podziału między nich a mnie. Nauczyciel powinien robić to razem z dziećmi w grupie”.

Chociaż klasa pozostaje w bezruchu i ciszy, owocem tego grupowego milczenia jest budowanie wspólnoty. Paradoksalnie, dzięki trwaniu tak razem z przymkniętymi oczami, dzieci uczą się postrzegać innych. Im dłużej ze sobą medytują, tym bardziej doświadczają współzależności i więzi. Mogą zwiększać swoją zdolność wybaczenia i szczerzej

komunikacji. Daje się zauważyć poczucie wzajemnego zaopiekowania. Jest to szczególnie widoczne, kiedy do klasy przychodzą nowe dzieci.

Nauczyciele obserwują u dzieci większy spokój, co z kolei przekłada się na inne pozytywne uczucia życzliwości i dobroci. Dzieci są bardziej opanowane, wytrwalsze i cierpliwsze podczas zajęć.

„Nasi uczniowie praktykują medytację chrześcijańską regularnie i staje się ona ich drugą naturą” – mówi E. Christie. „Przez regularne doświadczanie modlitwy kontemplacyjnej dzieci i młodzież nieustannie ćwiczą swoje serca. Chcielibyśmy, by ten program wyposażył ich w umiejętność odnajdywania życia

duchowego w świecie ciągłych zmian i nieustannego pędu” (Christie, 2013, s. 10).

„Nauczyciele mają możliwość zrobienia czegoś niezwykłego. Mogą poprawić jakość życia dzieci nie tylko wtedy, kiedy chodzą one do szkoły, ale także w późniejszym życiu” – uważa K. Nataraja, koordynator Szkoły Medytacji, WCCM. „Dzieci bardzo naturalnie przyjmują doświadczenie głębokiej, cichej modlitwy. Ten duchowy wymiar zabiorą ze sobą, co w przyszłości przyczyni się do poprawy ich życia i sprawi, że będą mogli czerpać z niego w każdej chwili”.

Ewa Zbiegieni

Bibliografia

Christie E., (2012), *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, Kielce: Wydawnictwo Jedność. | Christie E., (2013), *Dlaczego uczymy dzieci medytacji chrześcijańskiej?*, „Chrześcijańska Medytacja”, nr 1, wyd. specjalne. | Poznański J., (2013), *Nauczyciel jest sakramentem*, „Chrześcijańska Medytacja”, nr 1, wyd. specjalne.



Ewa Zbiegieni

Absolwentka polonistyki Uniwersytetu Warszawskiego i podyplomowych studiów dziennikarskich.

Reportażystka, współpracuje z portalem dla rodzin [Magazyn Rodzina](#).

Interesuje się [medytacją chrześcijańską](#).

Dziecięca medytacja – warto?

Ruth Fowler jest współzałożycielką Australijskiej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej. Od 2007 r. koordynuje program wprowadzania medytacji chrześcijańskiej w szkołach w Australii i na świecie. Prowadzi sesje dla nauczycieli i dla rodziców. We wrześniu 2009 r. poprowadziła w Warszawie pierwsze warsztaty medytacji chrześcijańskiej dzieci w Polsce.

Tak pisze o swych spostrzeżeniach z dziecięcej medytacji:

„Dzieci lubią medytować. Zarówno rodzice, jak i nauczyciele opowiadają o bardzo pozytywnym wpływie regularnej praktyki medytacji chrześcijańskiej na ich dzieci i wychowanków. Stają się one spokojniejsze, łatwiej przychodzi im nawiązywanie kontaktów z rówieśnikami, lepiej się koncentrują i częściej spontanicznie opowiadają o swej bliskości z Bogiem.

Chociaż medytacja chrześcijańska nie załatwia wszystkich problemów wychowawczych, to jednak nauczyciele są zgodni co do tego, że łatwiej im do dzieci dotrzeć. Dobrą wiadomością jest fakt, że praktyka medytacji chrześcijańskiej jest dla wszystkich dzieci, bez względu na ich błyskotliwość, temperament i umiejętność usiedzenia

w spokoju. Wiele dzieci opowiada, że czasem medytują z samych siebie, wtedy gdy czują się opuszczone, smutne, czy rozdrażnione¹.

... i o naturalnej potrzebie ciszy w dzisiejszym świecie:

„Młodzi ludzie żyją pod coraz większą presją. Często uwikłani są w sieć nadmiernych, nierzadko sprzecznych żądań i oczekiwań. Mają kłopoty z koncentracją. To wpływa na ich zdrowie, zdolność uczenia się, nie pozwala im pozostawać w łączności z ich duchowym wnętrzem. (...) W świecie, w którym cisza jest raczej wyjątkiem niż regułą, trudno ustrzec swoje życie przed rozproszeniem. Nowe technologie oczarowują młodych ludzi swoimi możliwościami zagłuszania ciszy muzyką czy kontaktu z przyjaciółmi dzięki portalom społecznościowym albo internetowi. Żyjemy w świecie, który lekceważy zdolność do zachowania uważności. A przecież zdolność do uważności, do prostej obecności wobec czegoś, pozytywnie wpływa na wyniki nauki, dobre samopoczucie, zdrowie i kondycję fizyczną, nie wspominając o korzyściach duchowych.

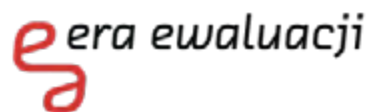
Zasadniczym celem większości programów edukacyjnych jest całościowy rozwój osoby: fizy-

czny, intelektualny, emocjonalny, społeczny, artystyczny, kreatywny i duchowy. Chrześcijańska medytacja jest praktyką duchową, która uzupełnia i wzmacnia takie podejście do kształcenia. Uczniowie zaangażowani w praktykę kontemplacyjną zatapiają się w momencie medytacji, w tu i teraz. Gdy uczą się skupiać uwagę na coraz głębszych poziomach, otwierają się na wszystkie zasoby, jakie w sobie mają. Wprowadzenie duchowej praktyki bardzo mocno wspiera dobre funkcjonowanie uczniów w szkołach. Zachodnie systemy edukacyjne, zarówno świeckie, jak i religijne, stawiają racjonalną, analityczną myśl nad wiedzę płynącą z ciszy. Pomimo zachęt do różnych form pracy w klasach, cisza jest często lekceważona albo traktowana jako rodzaj kary. Ci, którzy praktykują medytację, wiedzą z własnego doświadczenia, że kontemplacyjna cisza wprowadza w inny rodzaj poznania – taki, który prowadzi w głąb ducha i szuka nie tylko informacji, ale i znaczenia. W świecie, w którym liczą się konflikt i rywalizacja, bardzo potrzebujemy takiego sposobu poznania, bo przygotowuje on do aktywnego i pokojowego zaangażowania w szybko zmieniającą się i pełną konfliktów rzeczywistość².



¹ Fragment artykułu, który ukazał się w wydawnictwie o. Redemptorystów w Australii i Nowej Zelandii Majjelan Publications (nr maj–czerwiec 2009).

² Fragmenty artykułu *Stworzone do medytacji* (tłum. Agnieszka Marcisz), z numeru specjalnego 2013 czasopisma „Charaktery”.



Konferencja „Jakość edukacji czy/i jakość ewaluacji. Odpowiedzialni nauczyciele”

W dniach 23–26 marca w Krakowie odbyła się międzynarodowa konferencja poświęcona jakości edukacji. Konferencja zorganizowana została w ramach projektu „Program wzmocnienia efektywności systemu nadzoru pedagogicznego i oceny jakości pracy szkoły”, prowadzonego przez Ośrodek Rozwoju Edukacji, Uniwersytet Jagielloński oraz Erę Ewaluacji. Konferencja, w której uczestniczyło prawie 400 osób, miała na celu umożliwienie dyskusji i zachęcenie do refleksji nad elementami, decydującymi o jakości każdej inicjatywy edukacyjnej.

„Chcielibyśmy dać wszystkim polskim uczniom szansę, aby stali się pełnymi zadowolenia, odnoszącymi sukcesy obywatelami świata. W edukacji są mechanizmy, dzięki którym można osiągnąć

ten cel. Jednym z nich jest właśnie odpowiedzialność i profesjonalizm nauczycieli” – mówiła w przemówieniu inauguracyjnym Joanna Biedzka, podsekretarz stanu w Ministerstwie Edukacji Narodowej.

Wiodącym tematem było wzmocnianie autonomii, profesjonalizmu i odpowiedzialności nauczycieli oraz wsparcie dyrektorów w świadomym organizowaniu pracy nauczycieli. „Odpowiedzialni, czyli profesjonalni, czyli aktywni, czyli współpracujący i gotowi do wyrażenia swojego stanowiska w sposób otwarty i zdecydowany, nieustannie uczący się i poszukujący – to częścią charakterystyka dyrektorów, nauczycieli i wszystkich innych zawodowo związanych z edukacją osób, które zmieniają na lepsze świat wokół

siebie. Jestem przekonany, że tacy są uczestnicy konferencji Jakość edukacji czy/i jakość ewaluacji, a jeśli nie, to kiedy – jak nie teraz właśnie zacząć nad tym pracować...? Żadna konferencja nie zaspokoi tego oczekiwania, ale nasze spotkanie umożliwia uczenie się od siebie nawzajem w atmosferze intelektualnej ciekawości, wolności eksperymentowania i niczym nieskrępowanej ciekawości. Rozmawiajmy więc, zadawajmy pytania, znajdujmy różne odpowiedzi, planujmy i snujmy wizje rozwoju – uczmy się.” – napisał w liście do uczestników dr hab. Grzegorz Mazurkiewicz z Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Najważniejsze tezy i refleksje pokonferencyjne znajdują się na stronie internetowej [Systemu ewaluacji i nadzoru pedagogicznego](#).



Oferty doskonalenia nauczycieli

Od kwietnia 2010 r. w Ośrodku Rozwoju Edukacji realizowany jest projekt „System doskonalenia nauczycieli oparty na ogólnodostępnym, kompleksowym wspomaganie szkół” w ramach Priorytetu III Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki, współfinansowany z funduszy Unii Europejskiej.

Jednym z działań zaplanowanych i zrealizowanych w projekcie było przygotowanie ramowych ofert doskonalenia nauczycieli, które staną się punktem wyjścia do tworzenia rocznych planów wspomagania w konkretnych szkołach lub przedszkolach. W marcu 2012 r. przedstawiliśmy w TREN-DACH zasady zmodernizowanego systemu wspomagania szkół i zaprezentowaliśmy ofertę „Praca z uczniem młodszym”. W następnych numerach przedstawiliśmy kolejne oferty: „Ocenianie kształtujące”, „Jak i po co prowadzić ewaluację wewnętrzną”, „Wykorzystanie EWD w ewaluacji wewnętrznej szkoły”, „Doradztwo edukacyjno-zawodowe w szkole”, „Oferta edukacyjna drogą do właściwej realizacji podstawy programowej”, „Postawy uczniowskie. Jak je kształtować?”, „Wspieranie pracy wychowawców klas – bezpieczna szkoła”, „Wykorzystanie TIK na zajęciach edukacyjnych – bezpieczny Internet”, „Współpraca nauczycieli w prowadzeniu procesów edukacyjnych”, „Praca z uczniem

ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi”, „Pierwszy/drugi rok pracy dyrektora szkoły”.

W tym miesiącu zapraszamy do zapoznania się z następującymi ofertami:

- „Wspieranie pracy wychowawców klas – bezpieczna szkoła”;
- „Jak efektywnie wykorzystać wyposażenie i warunki lokalowe szkoły”.

Planując pracę z zastosowaniem wybranej oferty, należy pamiętać, że jest ona jedynie punktem wyjścia do zaprojektowania działań odpowiadających na specyficzne potrzeby konkretnej szkoły. Zachęcamy do krytycznego przyjrzenia się przedstawionym propozycjom i wspólnej (w gronie pedagogicznym) refleksji, jak w Państwa szkole wykorzystać zaprezentowane oferty w planowaniu rozwoju.

Prezentowane oferty doskonalenia pochodzą z [katalogu ofert](#) proponowanych do reali-

zacji w szkołach, które uczestniczą w projektach powiatowych w ramach Działania 3.5 *Kompleksowe wspomaganie rozwoju szkół* (Priorytet III Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki).

Zapraszamy wszystkie szkoły – niezależnie od tego, czy będą zaangażowane w realizację projektów, czy nie – do skorzystania z naszej propozycji. Oferty bowiem mogą być realizowane nie tylko w ramach projektów, lecz także samodzielnie przez szkołę lub we współpracy z placówką doskonalenia nauczycieli czy poradnią psychologiczno-pedagogiczną. Pogłębiona diagnoza, dokonana w szkole we współpracy ze specjalistą, pomoże nauczycielom wybrać priorytetowy obszar do rozwoju i zbudować roczny plan działań. Elementem takiego planu będzie m.in. doskonalenie nauczycieli. Myśląc o rozwoju szkoły jako organizacji uczącej się, warto zastanowić się nad istotą wspólnego uczenia się nauczycieli. Przeznaczenie do- ▶



Bezpieczna szkoła w zasobach Scholarisa

W zasobach portalu znajdują się scenariusze lekcji, karty pracy ucznia, poradniki, prezentacje multimedialne i e-lekcje dotyczące sekt, cyberprzestrzeni, profilaktyki uzależnień oraz przeciwdziałania agresji i nietolerancji. Zachęcamy do zapoznania się nimi i wykorzystywania ich podczas lekcji! ▶

▶ stępných środków finansowych na doskonalenie nauczycieli w formach szkoleniowych, które będą angażować całe zespoły nauczycielskie, ma służyć podnoszeniu kompetencji nie tylko pojedynczych osób, lecz także całej rady pedagogicznej. Będzie to znaczą-

cy krok na drodze do zaspokojenia potrzeb szkoły, związanych z obszarem wskazanym w diagnozie jako priorytetowy.

Zachęcamy Państwa do śledzenia strony internetowej [Ośrodka Rozwoju Edukacji](#), na

której można znaleźć aktualności na temat realizacji projektu, zaproszenia na szkolenia oraz informacje dla dyrektorów szkół i szkolnych organizatorów rozwoju edukacji.



Wspieranie pracy wychowawców klas – bezpieczna szkoła

1. Charakterystyka potrzeby

Oferta kierowana jest do szkół, w których w wyniku przeprowadzonej diagnozy ewaluacji wewnętrznej i/lub zewnętrznej sformułowano oczekiwanie dotyczące poprawy jakości pracy wychowawców klas.

W szkole obserwuje się:

- małą efektywność pracy wychowawczej;
- trudności w sprawnej komunikacji wychowawców z uczniami i rodzicami;
- brak spójności pracy wychowawczej z programem wychowawczym szkoły w poszczególnych klasach.

Oferta może być odpowiedzią również na potrzeby szkoły, w której:

- w indywidualnych rozmowach i/lub w wynikach przeprowadzonych ankiet pojawiają się wnioski wskazujące na potrzebę pracy z wychowawcami klas (wzmocnienie warsztatu pracy);

- dyrektor/wychowawcy sygnalizują potrzebę wsparcia pracy wychowawców przez specjalistę zewnętrznego.

2. Cel realizacji oferty

Celem ogólnym jest zbudowanie kompleksowego wsparcia dla wychowawców, aby w maksymalnym stopniu osiągnęli zaplanowane efekty wychowawcze, poprawa funkcjonowania klas i pojedynczych uczniów w sferze wychowawczej oraz lepsza współpraca wychowawcy z uczniami i rodzicami.

Cele szczegółowe (zostaną doprecyzowane lub zmodyfikowane tak, aby uwzględniać specyfikę szkoły i jej potrzeby):

- zwiększenie świadomości nauczycieli, wychowawców i specjalistów, jaką rolę wychowawczą w życiu ucznia spełnia środowisko szkolne oraz oni sami jako osoby znaczące;

- zapoznanie nauczycieli z metodami rozpoznawania wychowawczych potrzeb uczniów oraz z zasadami planowania i monitorowania oddziaływań wychowawczych;
- zwiększenie komunikacyjnych kompetencji nauczycieli oraz ich umiejętności zawodowych w zakresie pracy wychowawczej;
- wypracowanie systemu współpracy w zespole nauczycieli wychowawców klas oraz opracowanie przydatnych dokumentów (np. procedury interwencji wychowawczych, katalogu nagród i kar/konsekwencji, zestawu norm/zasad szkolnych, regulaminu dyżurów nauczycieli).

3. Grupy docelowe

Nauczyciele, w szczególności obecnie pełniący funkcje wychowawców klas. Wskazane jest jednak dotarcie z ofertą do jak najszerszego grona nauczycieli. Należy rozważyć ▶

▶ Przykładowe zasoby Scholarisa

Alkohol – dokąd prowadzi?



[Zobacz](#)

Alkohol kradnie wolność



[Zobacz](#)

Analiza społecznych i indywidualnych konsekwencji uzależnień od palenia papierosów



[Zobacz](#)

Bezpieczeństwo w sieci – rodzaje zagrożeń



[Zobacz](#)

Dlaczego młodzi ludzie sięgają po alkohol, papierosy i narkotyki?



[Zobacz](#)

Internet – jak z niego korzystamy?



[Zobacz](#)

Możliwości ograniczania agresji w szkole



[Zobacz](#)

- ▶ możliwość udziału w pracy grupy innych nauczycieli na zasadzie dobrowolności lub wskazania przez dyrektora szkoły (np. zgodnie z wnioskami z ewaluacji wewnętrznej).

4. Efekty realizacji oferty

1. Interwencje wychowawcze przeprowadzane są zgodnie z procedurą.
2. Zwiększa się ilość rozmów z wychowawcami, które są inicjowane przez uczniów.
3. Uczniowie zdobywają na lekcjach wiedzę na temat rozpoznawania uczuć, radzenia sobie ze złością, komunikacji, rozwiązywania konfliktów.
4. Zwiększa się frekwencja rodziców na spotkaniach (indywidualnych i klasowych).

5. Sposób realizacji oferty

Realizacja oferty rozpoczyna się od diagnozy potrzeb angażującej wszystkich członków rady pedagogicznej i prowadzącej do sformułowania szczegółowego zakresu działań, wskazania osób odpowiedzialnych za ich wykonanie oraz opracowania rocznego planu wspomagania szkoły (RPW), którego minimalny zakres stanowi załącznik do każdej z ofert (dostępny na stronie internetowej [ORE](#)).

Działania dopasowane do indywidualnych potrzeb szkoły mogą obejmować w szczególności:

1. Pracę w zespołach wychowawczych z wykorzystaniem metody warsztatowej oraz metody analizy indywidualnych przypadków.
2. Wspólne wypracowanie narzędzi potrzebnych do pracy wychowawczej: ankiet, kwestionariuszy wywiadów/rozmów z uczniami, zbiorów zasad, przykładowych kontraktów itp.
3. Szkolenia, warsztaty i konsultacje dla nauczycieli związane z metodami pracy z grupą klasową.
4. Superwizję w pracy z wychowawcami klas.

6. Zasady korzystania z oferty

Dyrektor:

- nadzoruje wszystkie działania;
- zapewnia wychowawcom/nauczycielom korzystającym z oferty możliwość uczestniczenia w pracy grupy, np. poprzez dostosowanie organizacji pracy szkoły i zapewnienie stałego terminu spotkań;
- udostępnia pomieszczenia i sprzęt do realizacji szkoleń, kursów, warsztatów, konsultacji metodycznych i innych form doskonalenia dla nauczycieli;

- motywuje pracowników do systematycznego i aktywnego udziału w szkoleniach, kursach, warsztatach, konsultacjach metodycznych i in.

Nauczyciele/wychowawcy klas:

- stosują w praktyce nabyte umiejętności dydaktyczne i wychowawcze;
- aktywnie uczestniczą w szkoleniach, warsztatach, kursach, konsultacjach, spotkaniach informacyjnych oraz w innych formach uczenia się dorosłych.

7. Czas i miejsce realizacji oferty

Czas: w zależności od potrzeb – optymalnie 10 miesięcy.

Miejsce realizacji: siedziba szkoły.

Oferta będzie realizowana etapowo, zgodnie z przyjętym harmonogramem.

8. Osoby realizujące szkolenia/warsztaty

Do prowadzenia form szkoleniowych lub konsultacji wskazane jest pozyskanie eksperta, np. psychologa czy pedagoga.

▶ Jestem bezpieczny



[Zobacz](#)

Problem tolerancji i nietolerancji



[Zobacz](#)

Bibliografia

Dąbrowski K., (1979), *Dezintegracja pozytywna*, Warszawa: PIW. | Filipczuk H., (1980), *Potrzeby psychiczne dzieci i młodzieży*, Warszawa: CRRZ. | Fisher R., Ury W., Patron B., (2000), *Dochodząc do TAK: negocjowanie bez poddawania się*, Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne. | Hamer H., (2003), *Rozwój umiejętności społecznych – jak skuteczniej dyskutować i współpracować*, Warszawa: Veda. | Rządca R.A., Wujec P., (2001), *Negocjacje*, Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne. | Steward J. (red.), (2002), *Mosty zamiast murów: o komunikowaniu się między ludźmi*, Warszawa: PWN. | Taraszkiewicz M. (red.), (2001), *Skuteczne metody pracy w szkole*, Warszawa: Verlag Dashofer. | Taraszkiewicz M., (2012), *Siła i odporność psychiczna*, Warszawa: WSiP. | Taraszkiewicz M., Kordziński J., (2009), *Bezpieczna i przyjazna szkoła*, Warszawa: WSiP. | Ury W., (2000), *Odochodząc od NIE*, Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.

Jak efektywnie wykorzystać wyposażenie i warunki lokalowe szkoły?

1. Charakterystyka potrzeby

Oferta jest kierowana do szkół, w których warunki lokalowe i/lub wyposażenie nie spełniają w zadowalającym stopniu oczekiwań uczniów, rodziców i nauczycieli, a w szczególności:

- nie pozwalają na pełną realizację podstawy programowej oraz przyjętych w szkole programów nauczania;
- nie pozwalają na realizację nowego modelu organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej – nie są dostosowane do psychofizycznych i rozwojowych możliwości uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi;
- nie zapewniają uczniom i pracownikom szkoły należytego bezpieczeństwa i higieny pracy;
- nie są wykorzystywane w sposób optymalny (np. pomoce dydaktyczne posiadane przez szkołę nie są wykorzystywane w sposób optymalny, pomieszczenia szkolne nie są wykorzystywane racjonalnie i efektywnie itp.).

2. Cel realizacji oferty

Celem ogólnym wdrożenia oferty jest poprawa warunków realizacji podstawy programowej, pomocy psychologiczno-pedagogicznej oraz przyjętych w szkole pro-

gramów nauczania poprzez modernizację i optymalne wykorzystanie warunków lokalowych i wyposażenia.

Cele szczegółowe (zostaną doprecyzowane lub zmodyfikowane tak, aby uwzględniać specyfikę szkoły i jej potrzeby):

- aktualizacja wiedzy pracowników szkoły oraz uczniów z zakresu bezpieczeństwa i higieny nauki oraz pracy;
- pomoc w opracowaniu planu modernizacji lub optymalizacji wykorzystania obecnych warunków lokalowych i wyposażenia;
- aktualizacja wiedzy i doskonalenie umiejętności nauczycieli w zakresie aranżacji przestrzeni edukacyjnej oraz optymalnego wykorzystywania wszystkich posiadanych zasobów;
- doskonalenie umiejętności planowania pracy przez pracowników szkoły z uwzględnieniem istniejących i potencjalnych źródeł finansowania zmian;
- doskonalenie form i metod współpracy kadry zarządzającej szkołą z organem prowadzącym w zakresie planowania poprawy jej warunków lokalowych i wzbogacania wyposażenia;
- udoskonalenie kompetencji nauczycieli w zakresie pracy zespołowej, w tym zespołowego rozwiązywania problemów.

3. Grupy docelowe

Nauczyciele, kadra kierownicza szkoły, przedstawiciele organu prowadzącego szkołę, rodzice.

4. Efekty realizacji oferty

1. Optymalne, zgodne z wypracowanym rozwiązaniem, wykorzystanie zasobów lokalowych szkoły i jej wyposażenia do realizacji zadań edukacyjnych.
2. Wypracowanie racjonalnego planu rozwoju szkoły (jej warunków lokalowych i wyposażenia) we współpracy z organem prowadzącym i rodzicami.
3. Wzbogacenie wyposażenia szkoły.
4. Zaplanowanie i wprowadzenie aranżacji przestrzeni edukacyjnej przyjaznej uczniom i nauczycielom.

5. Sposób realizacji oferty

Realizacja oferty rozpoczyna się od diagnozy potrzeb angażującej wszystkich członków rady pedagogicznej i prowadzącej do sformułowania szczegółowego zakresu działań, wskazania osób odpowiedzialnych za ich wykonanie oraz opracowania rocznego planu wspomagania szkoły (RPW), którego minimalny zakres stanowi załącznik do każdej z ofert (dostępny na stronie internetowej [ORE](#)). ▶

▶ Stop cyberprzemocy



[Zobacz](#)

Sekty. Od życzliwości do szantażu



[Zobacz](#)

Uwaga – sekty!



[Zobacz](#)

Dlaczego nałogi są szkodliwe?



[Zobacz](#)

Nałogi – moja świadomość zagrożeń



[Zobacz](#)

Wirus nabytego niedoboru odporności



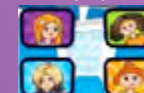
[Zobacz](#)

Veto wobec agresji i przemocy



[Zobacz](#)

Poznajmy internet



[Zobacz](#)

► Działania dopasowane do indywidualnych potrzeb szkoły mogą obejmować w szczególności:

1. Obserwacje zajęć pod kątem wykorzystania warunków lokalowych i wyposażenia, analiza badań.
2. Szkolenia i warsztaty, których efektem będzie wspólne wypracowanie kierunków i rodzajów działań zmierzających do poprawy sytuacji.
3. Poradnictwo i konsultacje obejmujące tematykę adaptacji istniejących warunków lokalowych i zasobów do stworzenia optymalnego środowiska dla uczenia się oraz pracy pedagogicznej i wychowawczej.
4. Wizytę studyjną.
5. Spotkanie kadry zarządzającej szkołą, przedstawicieli rady rodziców i przedstawicieli organu prowadzącego z udziałem eksperta – doradcy.

6. Zasady korzystania z oferty

Dyrektor:

- nadzoruje wszystkie działania;

- udostępnia pomieszczenia i sprzęt do realizacji szkoleń, warsztatów, konsultacji;
- udostępnia informacje i dokumenty dotyczące warunków lokalowych i wyposażenia szkoły, BHP itp.;
- motywuje pracowników do systematycznego i aktywnego udziału w szkoleniach, warsztatach, konsultacjach;
- angażuje się w realizację zaplanowanych działań.

Pracownicy pedagogiczni szkoły:

- stosują w praktyce nabytą wiedzę i umiejętności z zakresu wykorzystania i aranżacji zasobów;
- aktywnie uczestniczą w szkoleniach, warsztatach i spotkaniach.

Przedstawiciele organu prowadzącego:

- aktywnie współpracują ze szkołą, uczestniczą w spotkaniach i twórczym poszukiwaniu rozwiązań.

7. Czas i miejsce realizacji oferty

Czas: w zależności od potrzeb – optymalnie 10 miesięcy.

Miejsce realizacji: siedziba szkoły.

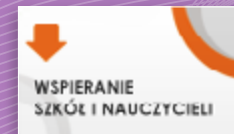
Oferta będzie realizowana etapowo, zgodnie z przyjętym harmonogramem.

W uzasadnionych przypadkach realizowana będzie poza szkołą (np. wizyta studyjna lub benchmarking w innej szkole itp.).

8. Osoby realizujące szkolenia/warsztaty

Do prowadzenia form szkoleniowych lub konsultacji wskazane jest pozyskanie eksperta, np. specjalisty w dziedzinie aranżacji przestrzeni edukacyjnej, pozyskiwania środków, budowania relacji, negocjowania.

Zespół



Zespół

Artykuł jest efektem pracy zespołu, który w Ośrodku Rozwoju Edukacji zajmuje się projektem „System doskonalenia nauczycieli oparty na ogólnodostępnym kompleksowym wspomaganie szkół” współfinansowanym przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

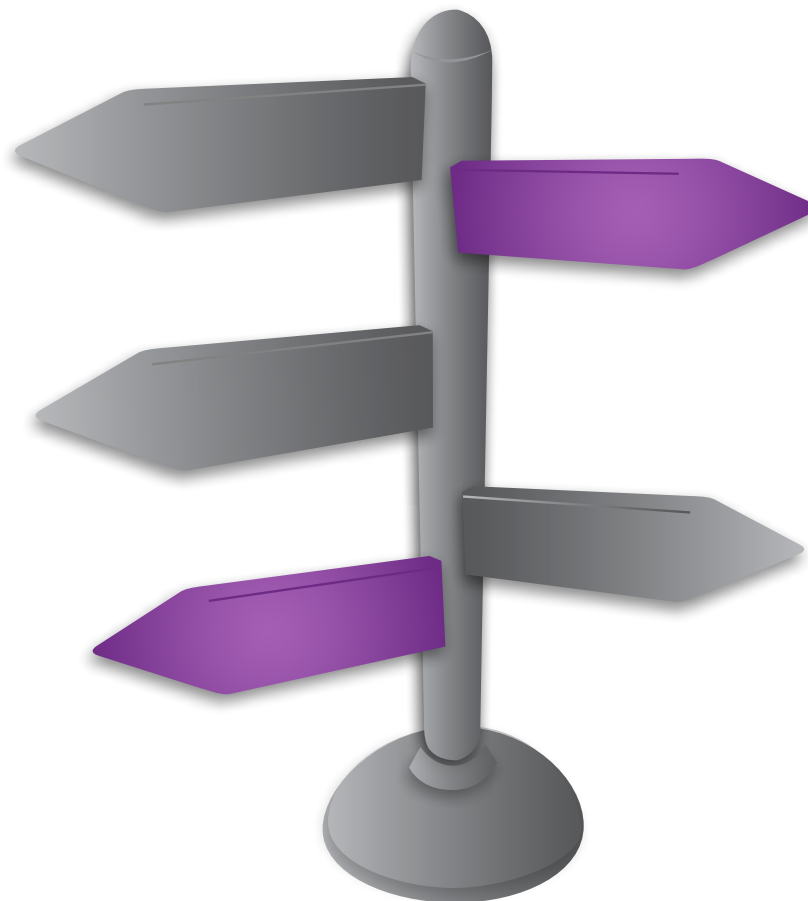
W wyniku prac zespołu została uszczegółowiona koncepcja nowego systemu doskonalenia nauczycieli, opracowana w ramach wcześniejszego projektu. Przygotowywane są też narzędzia, szkolenia i platforma informatyczna, które mają służyć zmodernizowanemu systemowi wspomaganie rozwoju szkoły.

Ponadto opracowano zasady organizacyjne projektu wdrożeniowego „Bezpośrednie wspomaganie rozwoju szkół poprzez wdrożenie zmodernizowanego systemu doskonalenia nauczycieli”. Projekt ten, jako pilotaż nowego systemu, będzie realizowany przez samorządy powiatowe w latach 2012–2015.

Bibliografia

Cichy D., Strumińska-Doktor A., (2010), *Poradnik do oceny higieny procesu nauczania – uczenia się w szkole podstawowej*, Warszawa: Główny Inspektorat Sanitarny. | Giruć K. (red.), (2011), *Bezpieczniej w szkole*, Warszawa: Wiedza i Praktyka. | Yearley D., Berliński D., (2008), *Bezpieczny plac zabaw: poradnik dla administratorów i właścicieli*, Warszawa: UOKiK.

Drogowskazy prawne



Weszły w życie

1 stycznia

Dane i terminy ich przekazywania do SIO

29 stycznia

Wspieranie rodziny i system pieczy zastępczej (tekst jednolity)

8 marca

Organizacja kuratoriów oświaty

3 kwietnia

Kształcenie w przedszkolach i szkołach specjalnych, zorganizowanych w podmiotach leczniczych i jednostkach pomocy społecznej

Informacje MEN

Informacje dla rzeczoznawców, wydawców, autorów podręczników w zakresie kształcenia zawodowego

Wchodzą w życie

16 marca

Działalność publicznych poradni psychologiczno-pedagogicznych i poradni specjalistycznych

Ramowy program szkolenia kandydatów na ekspertów

19 marca

Świadectwa, dyplomy, druki szkolne

17 kwietnia

Działalność publicznych bibliotek pedagogicznych

1 października

Podział subwencji oświatowej dla jst

Projekty

Kształcenie, wychowanie i opieka dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych oraz niedostosowanych społecznie

Nowa formuła sprawdzianu w VI klasie szkoły podstawowej oraz egzaminu maturalnego od 2015 roku

Karta Nauczyciela

Zespół redakcyjny

Agnieszka Pietryka (redaktor prowadząca), Katarzyna Gańko (sekretarz redakcji), Agnieszka Brodowska, Dorota Czerwonka, Bogusława Kalinowska, Teresa Kaniowska, Katarzyna Kołetyńska, Grażyna Kurowska, Dorota Macander, Monika Misztal, Agnieszka Romerowicz, Olena Styslavska, Anna Szczęśna-Durys, Tadeusz Trzaskowski, Marina Warsimaszwili, Lilianna Zaremba

Autorzy

Anna Andrzejewska, Aleksandra Dulas, Danuta Gajewska, Danuta Kozakiewicz, Bożena El-Maaytah, Katarzyna Radzio, Wioletta Różycka-Śpionek, Katarzyna Stępiak, Emilia Śmiechowska-Petrovskij, Emilia Wojdyła, Piotr Zadrozny, Ewa Zbiegieni

Zdjęcia i materiały multimedialne wykorzystane w numerze 1/2013 TRENDÓW pochodzą:

- a) ze zbiorów: Ministerstwa Spraw Wewnętrznych (s. 8), Fundacji SPUNK (s. 17), Anny Jurek (s. 18, 19), Fundacji Szkolne Smaki (s. 38), Emilii Śmiechowskiej-Petrovskij (s. 46–51), Wikimedia Commons (*Julian Tuwim as a king in Epiphany holiday*, autor: Zorro22012, s. 54), Koła Literatury XX wieku UW (s. 54), Wydawnictwa Jedność (s. 57), Ośrodka Rozwoju Edukacji (s. 61). Zdjęcia Autorów wykorzystane przy biogramach (s. 5, 15, 20, 27, 33, 37, 42, 52, 59) pochodzą z ich prywatnych zbiorów;
- b) ze źródeł internetowych: Students leaving school one with a bicycle © Cathy Yeulet / Photogenica (s. 1), Food Pyramid © Olga Lyubkin / Photogenica (s. 43), Cheerful fruit, mixed fruits, isolated © Dzianis Miraniuk / Photogenica (s. 44), Happy healthy little girl eating vegetables – chomping a carrot – isolated © Nagy-Bagoly Ilona / Photogenica, (s. 45), Spiritual light in cupped hands on a black background © mreco99 / Photogenica (s. 60).

Rodzaj ryzyka	Kto/w jaki sposób może zostać poszkodowany?	Jakie działania są podejmowane obecnie?	Czy konieczne są inne działania, aby ograniczyć ryzyko?	Kto podejmuje działania?	Kiedy podejmowane się działania?	Termin realizacji
Pośliznięcia i potknięcia	Personel i goście mogą doznać kontuzji w efekcie pośliznięcia się i potknięcia o rozrzucone przedmioty.	Dbanie o ogólny porządek. Wszystkie miejsca są właściwie oświetlone, również schody. Na bieżąco usuwane są przewody, kable. Pracownicy dbają o porządek swojego stanowiska pracy, np. brak pustych kartonów w przejściach.	Utrzymanie porządku w kuchni i jej pobliżu.	Wszyscy pracownicy, monitoring ze strony koordynatora.	01/10/2010	01/10/2010

Tabela 1. Fragment wewnętrznego dokumentu dotyczącego polityki bezpieczeństwa