



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



SENSE



wielokropki

mentoring dobrostan kompetencje środowisko

Prototyp

Scenariusz szkolenia rady pedagogicznej

(lub grupy będącej składową systemu szkolnego)

Materiał powstał w ramach umowy o powierzenie grantu 10/POPO/2024,
realizowanej w projekcie „POPOJUTRZE 3.0 – KSZTAŁCENIE”
(FERS.05.01-IZ.00-0007/23)

Spis zawartości

Wymagania zgodne z WSiN

Komentarz autorek

Cel produktu

Instrukcja

Aktywności

1. Poznajmy się

Blef – aktywność alternatywna

2. Obawy

O! Obawy – aktywność alternatywna

3. Rzeczy, które robię dobrze

Jestem mistrzynią, jestem mistrzem – aktywność alternatywna

4. Cytat

Ty i cytaty – aktywność alternatywna

5. Zauważ swój oddech

Wdech... tik-tak... wydech – aktywność alternatywna

7. Narysujmy coś razem!

Galeria sztuki – aktywność alternatywna

8. Cisza

Spacer z uważnością – aktywność alternatywna

Wymagania zgodne z WSiN:

Tekst materiału obejmujący min. 2 strony znormalizowanego tekstu.

Scenariusz (1 szt.) – narzędzie do wewnątrzszkolnej diagnozy i współtworzenia kultury pracy mentorskiej opartej o dobrostan. Tematyka j.w. 1a-c.

Propozycje krótkich form szkoleniowych, które mogą dotyczyć poszczególnych tematów.

Można je przeprowadzić łącznie, jako 90 min. Ale w zamyśle to krótkie aktywności do dodania do RP.

***Komentarz autorek**

Analiza rozmów z osobami testującymi prototypy innowacji Wielokropki oraz własne refleksje autorek zaowocowały doprecyzowaniem specyfiki produktu "Scenariusz szkolenia rady pedagogicznej" polegającą m. in. na aktualizacji jego definicji z:

"narzędzie do wewnątrzszkolnej diagnozy i współtworzenia kultury pracy mentorskiej opartej o dobrostan"

na:

"propozycje aktywności do wykorzystania podczas spotkań rady pedagogicznej wspierające tworzenie kultury pracy mentorskiej w środowisku szkolnym".

Analiza oceny jakościowej poszczególnych Aktywności, pozyskana od osób testujących (nauczycieli i dyrektorów szkół podstawowych i średnich) przyniosła również rozwinięcie celów oraz oczekiwanych efektów w każdym ćwiczeniu. Ponadto autorki zwróciły szczególną uwagę na dokładny opis przebiegu aktywności dodając alternatywne Aktywności.

Wnioski:

1. Większość osób testujących oceniło Aktywności w scenariusza jako przydatne, ciekawe i innowacyjne. Uzyskano same odpowiedzi „Raczej Tak” i „Zdecydowanie Tak”.
2. Pytanie „Czy testowane narzędzie dostarcza nowej wiedzy?” było mylące, ponieważ ogólnej wiedzy to narzędzie nie dostarcza, natomiast wiedzy na temat innych osób z grona pedagogicznego – na pewno tak. Pytanie mogłoby brzmieć: „Czy testowane narzędzie dostarcza nowej wiedzy na temat pozostałych osób z Twojego grona pedagogicznego?”.
3. Większości testujących zabrakło wyjaśnienia celu, przebiegu lub efektów danej Aktywności.
4. Aż połowa testujących miała szczegółowe uwagi do Aktywności 2. pn. „Obawy”. Wnioski z tej części zostaną naniesione w trakcie kolejnego etapu prac nad materiałem.
5. Wszyscy testujący stwierdzili, że ich szkoła skorzystałaby z takiego scenariusza RP.
6. Testujący mieli różne odpowiedzi na pytanie: „Z czym ci się kojarzy Łączenie kropek w kontekście edukacji?”. Dwa razy pojawiło się szukanie rozwiązania i przewyżczanie trudności.

Cel produktu:

Produkt ma ułatwić organizację efektywnych i inspirujących spotkań rad pedagogicznych, które wzmacniają współpracę w gronie pedagogicznym, poprawiają samopoczucie nauczycieli tworząc wspierające środowisko szkolne.

Instrukcja

Scenariusz to zestaw prostych, angażujących aktywności, które można zrealizować na dwa sposoby:

- **całościowy**, w trakcie jednej rady pedagogicznej;
- **częściowy**, jako realizacja wybranych aktywności podczas kilku spotkań zespołu nauczycielskiego.

Dlatego całość aktywności może posłużyć do przeprowadzenia dłuższego spotkania (nawet 90 minutowego) lub stanowić zestaw krótkich działań do wykorzystania podczas różnych posiedzeń rady pedagogicznej. Można je dostosować do aktualnych potrzeb zespołu, wybierając pojedyncze ćwiczenia lub łącząc je w dłuższą spójną całość.

Zaproponowane zadania mają zróżnicowany czas trwania – od 5 do 25 minut. Każda z aktywności wspiera kluczowe obszary rozwoju:

- **mentoring** – wzmacnianie relacji, wymiana doświadczeń, rozwój zawodowy.
- **dobrostan** – budowanie uważności, regeneracja, dbanie o komfort psychiczny.
- **kompetencje** – rozwijanie umiejętności, refleksja nad praktyką dydaktyczną.
- **środowisko** – integracja zespołu, wzajemne poznanie, współpraca.

Przy czym w opisie aktywności pojawia się oznaczenie **obszaru lub obszarów wiodących**.

Dodatkowo w treści scenariusza zostały umieszczone **aktywności alternatywne**, umożliwiających wymianę jednego ćwiczenia na inne, z uwzględnieniem potrzeb grupy.

Osobą moderującą spotkanie i zapraszającą do aktywności może być szkolny psycholog, dyrektor lub wicedyrektor. To także przestrzeń dla lidera dowolnego zespołu przedmiotowego.

Psycholog – może wprowadzać ćwiczenia związane z uważnością, technikami relaksacyjnymi i budowaniem odporności psychicznej. Jako specjalista od relacji międzyludzkich wspierałby otwartą komunikację, pomagałby moderować dyskusję i dbać o komfort psychiczny nauczycieli podczas aktywności.

Dyrektor/Wicedyrektor – nadaje spotkaniu rangę i kierunek, budując otwartą i wspierającą atmosferę. Może inicjować aktywności, zachęcać do refleksji nad rozwojem szkoły i zespołu oraz integrować wnioski płynące z ćwiczeń z wizją placówki. Pełni również rolę wspierającą, wzmacniającą motywację zespołu.

Lider zespołu przedmiotowego – może pełnić funkcję moderatora aktywności, dbając o praktyczne zastosowanie zdobytej wiedzy w codziennej pracy dydaktycznej. Jego rola mogłaby polegać także na inspirowaniu kolegów do wymiany doświadczeń oraz wdrażaniu omawianych zagadnień w swoich zespołach nauczycielskich.

Aktywności

1. Poznajmy się

Obszar wiodący: #mentoring #dobrostan **#kompetencje** **#środowisko**

Cel: Integracja grupy, lepsze poznanie się

Potrzebne materiały:

- **karty hexy** z pytaniami otwierającymi z zestawu dydaktycznego (wcześniej – gra Print & Play)

Liczebność rady pedagogicznej (grafika): 1 luddek (< 30 osób), 2 ludki (< 60 osób), 3 ludki (> 60 osób)

Czas realizacji (grafika zegarka): 10 minut

Przebieg:

Nauczyciele dobierają się w pary i losują po jednej karcie, następnie zadają sobie pytania nawzajem tak, żeby każda osoba w parze odpowiedziała na obydwa pytania. Następnie uczestnicy łączą się grupy 5-6 osobowe i opowiadają czego się dowiedzieli o osobie, z którą pracowali w parze (jeśli grono jest małe można opowiadać przed całą grupą).

UWAGA! Ćwiczenie ma formę rozgrzewki, zatem powinno być krótkie, bez wchodzenia w szczegóły, a jego celem jest poznanie się członków grupy. Jeśli zespół jest bardzo liczny można wykorzystać kilka talii kart.

Blef – aktywność alternatywna

W przypadku grup mało liczebnych, których członkowie dobrze się znają można zaproponować wariant, w którym każda osoba lub chętne osoby podają trzy informacje o sobie, z których jedna jest fałszywa. Pozostałe osoby zgadują, co jest fałszem.

2. Obawy

Obszar wiodący: **#mentoring** #dobrostan #kompetencje **#środowisko**

Cel: (Od)budowanie zaufania, umiejętność otwartej komunikacji, poszerzenie indywidualnej perspektywy o doświadczenie i kontekst grupy, bezpieczna komunikacja

Potrzebne materiały:

- kartki A4 i przybory piśmiennicze.

Liczebność rady pedagogicznej (grafika) 1 ludek (< 30 osób), 2 ludki (< 60 osób), 3 ludki (> 60 osób)

Czas realizacji (grafika zegarka): 15 minut

Przebieg:

Prowadzący prosi uczestników grupy, aby po krótkim zastanowieniu każdy zapisał na kartce odpowiedź na pytanie:

- czego najbardziej obawiam się podczas wspólnej pracy rady pedagogicznej?

Warto zasugerować zapisywanie informacji pismem drukowanym, które zwiększy poziom anonimowości i – jednocześnie – ułatwi późniejsze odczytanie treści. Przed przystąpieniem do realizacji zadania należy uprzedzić o kolejnym kroku.

Zebrane kartki zostają zebrane, wymieszane i rozdane ponownie uczestnikom. W optymalnej sytuacji osoby biorące udział w ćwiczeniu otrzymują inną kartkę, niż ta której są autorami.

Mając na uwadze fakt, że kartki są anonimowe dobrze jest przyjąć, że nawet jeśli niektórzy uczestnicy otrzymają swoje kartki, nie wpłynie to negatywnie na najważniejszą część. Po zapoznaniu się z wpisem następuje odczytanie treści na forum. Grupa wspólnie zastanawia się z czego mogą te obawy wynikać, co można zrobić indywidualnie lub jako zespół, aby pomóc przezwyciężyć obawy.

W zespołach cechujących się wysokim poziomem bezpieczeństwa w komunikacji można kontynuować ćwiczenie prowadząc rozmowę na temat odczuć i przemyśleń, które pojawiły się w trakcie omawiania wynotowanych obaw. Dyskusja ukierunkowana na indywidualne rozpoznanie nie musi być połączona z ujawnieniem autorstwa poszczególnych notatek.

Aktywność może być powtarzana w trakcie roku szkolnego, począwszy od wysokiego poziomu bezpieczeństwa, kiedy to na forum wypowiadają się tylko osoby chętne, aż do sytuacji, w której grupa ustala, że każdy z uczestników zabierze głos.

O! Obawy – aktywność alternatywna

W przypadku bardzo licznych zespołów lub w grupach mających np. doświadczenie konfliktu, można wykorzystać narzędzia typu Mentimeter lub Nearpod. Jedna osoba przygotowuje slajd z pytaniem, a następnie udostępnia uczestnikom spotkania kod. Nauczyciele odpowiadają na pytanie w sposób anonimowy, a następnie poddają refleksji wyniki i wspólnie zastanawiają się, jak na wpisane obawy można odpowiedzieć.

3. Rzeczy, które robię dobrze

Obszar wiodący: #mentoring **#dobrostan** **#kompetencje** #środowisko

Cel: samopoznanie, budowanie zaufania, integracja grupy.

Potrzebne materiały: bez materiałów

Liczebność rady pedagogicznej (grafika): 1 ludek (do 30 osób), 2 ludki (do 60 osób) 3 ludki (powyżej 60 osób)

Czas realizacji (grafika zegarka): 25 minut

Przebieg:

Uczestnicy zajmują miejsca na krzesłach ustawionych w kręgu. Przed rozpoczęciem zadania grupa ustala zasadę wypowiedzi na forum np. każdy lub tylko chętny uczestnik.

Uwaga na marginesie: Sposoby na...

- kto jeszcze ma ochotę? kto chciałby? – pytania otwierające, zapraszające do wypowiedzi osoby gotowe do zabrania głosu;
- popcorn – pierwsza osoba, która wypowie się na forum wskazuje kontynuatora; każda osoba wytycza kolejną;
- krocząca śmierć – wypowiedź rozpoczyna pierwsza osoba siedząca po lewej/prawej stronie prowadzącego, kolejno wypowiadają się następne osoby

Wypowiedzi uczestników będą następowały w trzech rundach. W pierwszej należy dokończyć zdanie "Nie najlepiej radzę sobie z...". W drugiej rundzie należy dokończyć zdanie: "Ludzie mówią, że jestem dobry/dobra w....". Natomiast w ostatniej – "Wiem, że jestem dobry/dobra w....."

Na zakończenie warto zainicjować dyskusję na temat odczuć uczestników podczas każdej z rund. Przykładowe pytania:

- Na które pytanie było mi najłatwiej udzielić odpowiedzi?
- Czy któraś wypowiedź mnie zaskoczyła?



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



SENSE

Jestem mistrzynią, jestem mistrzem – aktywność alternatywna

Osoby uczestniczące krążą po sali i gdy spotkają się z kimś, wymieniają się informacjami na swój temat wyolbrzymiając swoje osiągnięcia i przechwalając się, np.: „Jestem mistrzem / mistrzynią w....”. Słowa mogą być wsparte gestami, mimiką i intonacją głosu. Ten wariant sprzyja – poprzez przyjętą nieco teatralną formułę wypowiedzi – wprowadzeniu humoru, atmosfery żartu.

Ostatnim punktem może być dyskusja o odczuciach uczestników.

4. Cytat

Obszar wiodący: **#mentoring** **#dobrostan** **#kompetencje** **#środowisko**

Cel: dzielenie się wiedzą, doświadczeniem, integracja grupy.

Potrzebne materiały:

- **karty hexy** z cytatami z zestawu dydaktycznego (wcześniej – gra Print & Play)

Liczebność rady pedagogicznej (grafika) 1 ludek (do 30 osób), 2 ludki (do 60 osób), 3 ludki (powyżej 60 osób)

Czas realizacji (grafika zegarka): 20 minut

Przebieg:

Osoba prowadząca rozkłada talii kart tak, aby widoczne były cytaty. Uczestnicy dokonują wyboru karty z cytatem, z którym tego dnia najbardziej się utożsamiają. Następnie uczestnicy łączą się w kilkusobowe grupy rozmawiając o argumentacji, która stoi za dokonany wyborem.

Ty i cytaty – aktywność alternatywna

W przypadku licznych zespołów Osoba prowadząca aktywność dzieli uczestników na 3- 4 zespoły. Każdy zespół otrzymuje talię kart i postępuje tak jak powyżej.

5. Zauważ swój oddech

Obszar wiodący: #mentoring **#dobrostan** #kompetencje #środowisko

Cel: ćwiczenie uważności, wyciszenia się, obniżanie poziomu stresu

Potrzebne materiały: bez materiałów

Liczebność rady pedagogicznej (grafika): 1 ludek (do 30 osób), 2 ludki (do 60 osób) 3 ludki (powyżej 60 osób)

Czas realizacji (grafika zegarka): 10 minut

Przebieg:

Jedna osoba przyjmuje rolę prowadzącego, którego zadaniem będzie m. in. kontrolowanie czasu. Uczestnicy zajmują miejsca w wygodnej pozycji. W wariantcie podstawowym można wykorzystać krzesła znajdujące się w sali, zwracając przy tym uwagę na to, aby zajęta pozycja była komfortowa i otwarta. W przypadku osób siedzących na krzesłach rekomendowana jest pozycja, w której obie stopy są stabilnie oparte o podłogę, a nogi nie są skrzyżowane (bez tzw. zakładania noga na nogę). Osoby biorące udział w ćwiczeniu zamykają oczy i skupiają się na swoim oddechu. Nie ma potrzeby świadomego kontrolowania oddechu, zmiany tempa czy głębokości – wystarczy uważna obserwacja, obserwowanie tego w jaki sposób w tym momencie oddychamy.

- Jak nabieram powietrza? Czy nosem? Ustami? A może i nosem, i ustami?
- A jak wydycham powietrze?
- Czy wdech i wydech trwają tyle samo?
- Czy mogę prześledzić dokąd powietrze dociera?
- Czy moja przepona unosi się podczas wdechu?

Sama obserwacja oddechu, uświadomienie sobie przebiegu procesu nabierania i wydychania powietrza sprawia, że stopniowo się ono reguluje, zwiększając spokój, a tym samym przynosząc odprężenie.

Po upływie około minuty prowadzący prosi uczestników o otwarcie oczu i podzielenie się swoimi odczuciami – czy było im łatwo skupić się na oddechu, czy może po intensywnych lekcjach napotkali trudności w wyciszeniu.

Następnie ponownie zaprasza do zamknięcia oczu i powtórzenia ćwiczenia, tym razem przez dwie minuty. Po zakończeniu uczestnicy ponownie dzielą się swoimi refleksjami.

Wdech... tik-tak... wydech - aktywność alternatywna

Ćwiczenie można kontynuować, stopniowo wydłużając czas koncentracji na oddechu, co pozwala jeszcze lepiej doświadczyć efektu uspokojenia i wyciszenia.

6. Narysujmy coś razem!

Obszar wiodący: **#mentoring** **#dobrostan** **#kompetencje** **#środowisko**

Cel: kooperacja, budowanie wspólnej strategii, komunikacja

Potrzebne materiały:

- duży arkusz papieru, po jednym dla każdego kilkusobowego zespołu
- markery
- sznurki długości ok. 60–200 cm, po jednym dla każdej osoby.

Liczebność rady pedagogicznej (grafika) 1 ludek (do 30 osób), 2 ludki (do 60 osób) 3 ludki (powyżej 60 osób)

Czas realizacji (grafika zegarka): 20 minut

Przebieg:

Nauczyciele pracują w kilkusobowych zespołach, wspólnie podejmując kreatywne wyzwanie polegające na narysowaniu wybranego kształtu. Zadanie może dotyczyć prostych kształtów (np. słońce), aby w dalszej perspektywie dotrzeć do bardziej złożonych ilustracji (np. kaczka, bałwan). Każdy kilkusobowy zespół ma do dyspozycji jeden, duży arkusz papieru oraz jeden marker. Flamaster jest kontrolowany przez cały zespół, ponieważ marker jest przymocowany do tyłu sznureczków, ilu jest członków zespołu. Im dłuższy sznurek, tym większy poziom trudności wykonywanego zadania, dlatego warto wypróbować różne warianty przygotowania narzędzia. Każdy nauczyciel trzyma jeden ze sznurków, regulując napinanie i luzowanie markera, przesuwanie go po kartce papieru, podnoszenie i opuszczanie. Działanie wymaga współpracy, koordynacji i uważnej komunikacji w zespole.

Galeria sztuki – aktywność alternatywna

Osoba prowadząca aktywność ma przygotowany prosty obrazek (np. schematyczna ilustracja domu). Następnie zaprasza uczestników do dołączenia do narzędzia online, mającego opcję rysowania. Może to być tablica interaktywna (np.) lub aplikacja typu Nearpod, mająca szablon „Draw It”. Uczestnicy korzystając z telefonów łączą się z aplikacjami i rysują obrazek, kierując się wyłącznie ustnymi wskazówkami prowadzącego. Każdy uczestnik może także rysować na zwykłej kartce papieru.

Instrukcje nie mogą zawierać bezpośrednich nazw obiektów, lecz powinny opisywać ich kształt i położenie. Przykładowo: „*Na środku kartki narysuj kwadrat. Nad kwadratem umieść trapez tak, aby jego podstawa pokrywała się z górnym bokiem kwadratu*” – i tak dalej, aż powstanie cały rysunek.

Po zakończeniu zadania prowadzący udostępnia wszystkim uczestnikom powstałe obrazki, porównując je z oryginałem i sprawdzając, kto najwierniej odwzorował pierwotny wzór. Aktywność jest punktem wyjścia do refleksji nad precyzją komunikacji, a w kontekście mentoringu – nad komunikatami nadawcy a tym, co i jak słyszą różni odbiorcy.

7. Cisza

Obszar wiodący: #mentoring **#dobrostan** #kompetencje #środowisko

Cel: rozwijanie umiejętności zatrzymania się, wyciszenia

Potrzebne materiały: zegarek umożliwiający odmierzanie sekund.

Liczebność rady pedagogicznej (grafika) 1 ludek (do 30 osób), 2 ludki (do 60 osób) 3 ludki (powyżej 60 osób)

Czas realizacji (grafika zegarka): 10 minut

Przebieg:

Osoby uczestniczące w aktywności zajmują miejsca siedzące, np.: na krzesłach ustawionych w kręgu. Na sygnał osoby prowadzącej zamykają oczy, a następnie – wsłuchując się w ciszę, w siebie – próbują wyczuć upływający czas tak, aby otworzyć oczy po minucie. Przed rozpoczęciem zadania prowadzący przypomina, że każda osoba uczestnicząca pozostaje w ciszy do momentu, w którym ostatnia osoba otworzy oczy. Grupa może ustalić – lub prowadzący może określić – że aktywność zostanie zatrzymana po upływie np. 3 minut.

Osoba prowadząca obserwuje uczestników, próbując odnotować w pamięci najkrótszy i najdłuższy “czas trwania minuty”. Podsumowaniem aktywności jest refleksja na temat czasu, naszego poczucia jego upływu, umiejętności zarządzania sobą w czasie, a także poczuciem (dys)komfortu, który może pojawić się gdy siedzimy w ciszy.

Spacer z uważnością – aktywność alternatywna

Wariant możliwy przede wszystkim w mniejszych grupach polega na zaproszeniu do spacerowania po sali – każda osoba chodzi w dowolnym kierunku i w swoim tempie. Gdy grupa już swobodnie porusza się po sali, osoba prowadząca komunikuje wprowadzenie zasady wysokiej uważności na innych: jeśli chociaż jedna osoba się zatrzyma – wszyscy się zatrzymują; jeśli choć jedna osoba ruszy – wszyscy ruszają.

Zwiększeniem poziomu trudności jest dołączenie do spaceru dźwięku. Całemu spacerowi (z zatrzymywaniem się i ruszaniem) towarzyszy jakikolwiek pojedynczy dźwięk/odgłos inicjowany przez jedną osobę (np. gwizd, szum, buczenie, nucenie melodii, klaskanie itp.). Uczestnicy

dostrajają się, podejmując się wykonywania tego samego dźwięku. Przy czym obowiązuje taka sama zasada jak w przypadku poruszania – jeśli ktoś przestanie wydawać dźwięk, osoby wokół przestają tak, aby cała grupa uzyskała wyciszenie. Dopiero w tym momencie, ktoś inny może zaintonować nowy dźwięk lub ponownie kontynuować przed chwilą zatrzymany.