

„Magia płynąca z ciszy i czytania”

INNOWACJA PEDAGOGICZNA organizacyjno-metodyczna

Lekcje ciszy i czytania w świetlicy szkolnej

Nazwa szkoły: Szkoła Podstawowa im. Jakuba Kopacza w Nowej Suchej

Prowadzące: Monika Kaźmierczyk-Januszewska, Agata Majorek

Przedmiot: Zajęcia opiekuńczo – wychowawcze w świetlicy

Rodzaj innowacji: organizacyjno-metodyczna

Data wprowadzenia: 01.10.2024 r.

Data zakończenia: 31.05.2025 r.

Zakres innowacji

Adresatami innowacji są wszyscy uczniowie uczęszczający na zajęcia opiekuńczo -wychowawcze w świetlicy szkolnej. Czas realizacji innowacji obejmuje rok szkolny 2024/25 z możliwością jej kontynuowania w następnym roku szkolnym. Zajęcia innowacyjne odbywać się będą raz w tygodniu w ramach zajęć opiekuńczo - wychowawczych, jako element zajęć tematycznych w świetlicy.

Niniejsza innowacja ma na celu szerzenie idei, że cisza nie jest beczynnością, nudą, czy brakiem zajęcia, ale jest zjawiskiem, dzięki któremu mamy możliwość odkrycia i bliższego poznania swojego wewnętrznego świata. Czytanie ma na celu poszerzenie i rozwój słownictwa u dzieci, a także sprawniejsze wyrażanie własnego zdania.

Innowacja ma zachęcać i motywować uczniów do walki z samym sobą, by nie wytwarzać niepotrzebnego hałasu, uczyć uważności i głębokiego relaksu oraz zwracać uwagę na odpoczynek z książką i własny rozwój.

I. Opis innowacji

Świetlica szkolna to jedno z najgłośniejszych miejsc w szkole. Wprowadzanie tego rodzaju innowacji może się wydawać trudne, bo przecież rolą świetlicy jest organizowanie uczniom wolnego czasu, nauki własnej, pomocy w odrabianiu zadań domowych, czy swobodna zabawa z rówieśnikami, a nie nakaz siedzenia cicho. Zajęcia prowadzone w ramach innowacji mają pomóc dzieciom w odkrywaniu niedocenianej w obecnych czasach wartości ciszy. Ciszy rozumianej nie jako przymus milczenia, ale stan wewnętrznego spokoju i skupienia, który wzbogaca ludzkie doświadczenia i odczucia. Żądanie ciszy i spokoju dzieci często słyszą jako nakaz, brzmiący i odbierany zwykle raczej w nieprzyjemnej formie (upominający ton głosu, karcące spojrzenie), itp. Celem ten innowacji jest to, aby cisza nie kojarzyła się dzieciom z niczym nieprzyjemnym, by dzieci, uczestnicząc w niej doceniły znaczenie odpoczynku, koncentracji i głębszego poznawania siebie, dzięki odpowiednio dobranym zabawom, ćwiczeniom zmysłów, wprowadzeniu pewnych indywidualnych zasad i grupowych rytuałów. Należy przyzwyczajać dzieci do zabawy w ciszy, do spokojnych rozmów bez grającego w tle radia czy telewizora, do cichego zamykania drzwi czy odsuwania krzesła, do cierpliwego czekania na swoją kolej. Korzyści płynące z czytania książek dotyczą komunikacji i koncentracji uwagi. Czytanie kształtuje umiejętność samodzielnego myślenia i formułowania myśli.

II. Cele innowacji

Cel główny:

- doświadczenie przez dzieci korzyści jakie niesie cisza oraz kształcenie umiejętności unikania i eliminowania hałasu;
- doświadczenie przez dzieci korzyści jakie niesie czytanie im na głos.

Cele szczegółowe:

- uświadomienie dzieciom wyniszczającego wpływu hałasu na zdrowie i funkcjonowanie człowieka;
- uświadomienie dzieciom znaczenia ciszy i spokoju dla życia, zdrowia i samopoczucia człowieka;
- nauka rozpoznawania własnych i cudzych emocji oraz ich werbalnego i pozawerbalnego wyrażania;
- kształcenie umiejętności wyciszenia i relaksacji;
- propagowanie sposobów radzenia sobie z hałasem, emocjami i odreagowania stresu;
- uwrażliwianie zmysłów, wzbogacanie doświadczeń sensorycznych;
- nabywanie umiejętności samokontroli i wyciszenia się;
- budowanie pozytywnego obrazu siebie i wiary we własne możliwości;
- rozwijanie słownictwa u dzieci;
- kształtowanie umiejętności wyrażania myśli;
- poznanie ciekawej literatury dla dzieci i młodzieży.

III. Metody i formy

Metody

- podające: pogadanka, dyskusja;
- eksponujące: materiał audio;
- praktycznego działania: ćwiczenia oddechowe, wyciszające, pogłębiające koncentrację, relaksacyjne;
- oglądowe: obserwacji i pokazu;
- czytanie na głos.

Formy

- indywidualna
- zespołowa

IV. Przewidywane osiągnięcia (korzyści wdrożenia innowacji)

Uczniowie:

- polubią ciszę;
- zachowują się ciszej;
- staną się spokojniejsi, rozluźnieni i radośni;
- zdobędą umiejętność odpoczynku i relaksu;
- łatwiej będą zdobywać nową wiedzę;
- staną się bardziej zdyscyplinowani i uważni;
- wzmocnią swoją koncentrację uwagi;
- poprawią koordynację wzrokowo-ruchową;
- nauczą się słuchania innych oraz zachowań empatycznych;
- ćwiczą komunikację niewerbalną;
- otwierają się na nowe przeżycia;
- wzmocnią poczucie własnej wartości;
- uczą się współpracy z grupą i przestrzegania umów, norm zachowania i zwyczajów obowiązujących wszystkich członków grupy;

- potrafią zauważać potrzebę ciszy w takich miejscach jak szkoła, kościół, kino, teatr, itd.;
- rozumieją jak ważne jest czytanie dla ich rozwoju;
- spróbują traktować czytanie jako przyjemne spędzenie czasu wolnego.

V. Tematyka zajęć

Lekcje ciszy i czytania zostały opracowane w oparciu o plan pracy świetlicy szkolnej. Nauczycielki dwa razy w tygodniu będą realizować wybrane zabawy i ćwiczenia, dostosowując je do bloków tematycznych, świąt okolicznościowych, aktualnych potrzeb uczniów, sytuacji wychowawczych, czy pory roku. Działania te mają charakter otwarty –mogą być modyfikowane, uzupełniane i wzbogacane w zależności od potrzeb i specyfiki grupy świetlicowej. Lekcje ciszy i czytania przeprowadza się w grupie zintegrowanej, od 1 października 2024 r.

Innowacja składa się z 8 jednostek tematycznych:

- I - Październik - Witamy w świetlicy nową koleżankę „Ciszę”.
- II - Listopad - Spotkanie ze zmysłową Panią Jesienią. Książka „Jesień na ulicy Czereśniowej”.
- III - Grudzień - Poznajemy świąteczne zapachy, smaki i kolory.
- IV - Styczeń - Wkraczamy w nowy rok- cichutko, czy z przytupem?
- V - Luty - Szczypie w nosy, szczypie w uszy...zima zła. Czytanie baśni „Królowa Śniegu”.
- VI - Marzec - Malujemy wiosenny pejzaż. Czytanie książki „Kubuś Puchatek”.
- VII - Kwiecień - Mięciutkie kurczaczki, malowane jajeczka – nadchodzi Wielkanoc!
- VIII - Maj - Moja paleta uczuć.

VI. Spodziewane efekty

- poszerzenie oferty programowej szkoły;
- uatrakcyjnienie zajęć w świetlicy;
- zmniejszenie poziomu stresu, lęku, rozdrażnienia u uczniów;
- poprawa samopoczucia i nastroju u dzieci;
- zmniejszenie poziomu agresji;
- doskonalenie umiejętności koncentracji i skupienia;
- pogłębianie świadomości oddechowej;
- nabywanie umiejętności relaksu i wyciszenia rozbudzonych emocji;
- kształtowanie umiejętności „bycia tu i teraz”;

- rozwijanie wrażliwości i empatii u uczniów;
- poprawa samopoczucia i nastroju;
- rozwijanie wyobraźni;
- poprawianie skupienia i koncentracji.

Wpływ na pracę szkoły:

- Podnoszenie jakości pracy szkoły poprzez poszerzenie oferty zajęć w świetlicy;
- Podnoszenie wyników edukacyjnych uczniów;
- Promocja szkoły w środowisku lokalnym.

VII. Podsumowanie

Niniejsza innowacja ma na celu zaprezentowanie korzyści płynących z ciszy i czytania poprzez cotygodniowy trening. Po realizacji innowacji dzieci polubią ciszę, poznają swój wewnętrzny świat i go wzbogacą, będą też potrafiły świadomie unikać hałasu i wybierać odpowiednie dla siebie sytuacje z udziałem ciszy. Uczniowie rozumieją, że czytanie to także trening skupienia, odcinanie się od otoczenia i hałasu.