

# *Strategia działań szkoły ułatwiających uczniom adaptację po powrocie do szkoły po zakończonej pandemii*

*Strategia powstała w oparciu o raport przygotowany przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej „Jak wspierać uczniów po roku pandemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego” (zadanie zlecone przez MEiN). Strategię przygotowano przed powrotem uczniów do szkoły – na dzień 17 maja 2021 r. Strategię zmodyfikowano po otrzymaniu od Kuratorium Oświaty we Wrocławiu „Wytycznych dotyczących działań skierowanych do uczniów i rodziców oraz kadry pedagogicznej po powrocie do szkół i placówek” (21.05.2021 r.).*

*Działania przedstawiono na posiedzeniu Rady Pedagogicznej online w dn. 25 maja 2021 r.*

## **Spis treści**

1. Rozdział I: Priorytety i rekomendacje.....str.3
2. Rozdział II: Cele Strategii.....str.6
3. Rozdział III: Działania.....str.7
4. Rozdział IV: Metody i formy pracy.....str.12

## Rozdział I

### Priorytety i rekomendacje

#### I. Rekomendacja główna – priorytet wychowania i profilaktyki.

#### II. Rekomendacje szczegółowe:

**1. Potrzeba troski o całą populację uczniów: objęcie troską i wsparciem wszystkich uczniów;**

**2. Podkreślanie znaczenia szerokich, naturalnych zasobów wsparcia dla skali działań:** wprowadzenie rozwiązań systemowych ułatwiających jak najpełniejsze wykorzystanie potencjału leżącego w naturalnych zasobach wsparcia dostępnych w najbliższym otoczeniu młodzieży (rodzice i rodzina, nauczyciele i wychowawcy, pedagog, poradnie psychologiczno-pedagogiczne, sprawdzone programy profilaktyczne).

**3. Obniżenie wymagań w zakresie realizacji podstawy programowej:** konieczne jest dostosowanie podstawy programowej do zmniejszonej efektywności kształcenia uczniów oraz niższej efektywności nauczania zdalnego. Rodzicom i nauczycielom stworzy to lepsze warunki do wspierania psychicznego dzieci i młodzieży, a uczniom ułatwi korzystanie z tego wsparcia.

**4. Równowaga między priorytetem reżimu sanitarnego a priorytetem ochrony zdrowia psychicznego:** zachować równowagę pomiędzy wymogami reżimu sanitarnego a działaniami chroniącymi zdrowie psychiczne uczniów.



## 5. Powrót do nauczania stacjonarnego:

Potrzebny jest okres adaptacyjny polegający na sukcesywnym, stopniowym powrocie do normalnych wymagań i rygorów szkolnych. W okresie adaptacyjnym warto na przykład:

- Z większą wyrozumiałością podejść do spóźnień.
- Sprawdzanie poziomu wiedzy (sprawdziany, odpytywanie, prace domowe) wprowadzać stopniowo.
- Przypominanie o zasadach zachowania i komunikacji w szkole wychodząc z założenia, że uczniowie naprawdę mogli o nich zapomnieć.
- W sytuacjach niesubordynacji uczniów lub problemowych zachowań podejmować rozważne działania, które łączą stawianie granic z zainteresowaniem i zrozumieniem sytuacji ucznia.
- Zorientować się w poziomie zaległości poszczególnych uczniów bez przyjmowania założenia, że są one ich winą i z gotowością do pomocy.
- W miarę możliwości wykorzystać pozytywny wpływ kontaktu z przyrodą jako czynnika pomagającego w „detoksie” od sieci i odpowiadającego na potrzebę ruchu, świeżego powietrza, patrzenia w dal.
- Zainteresowanie problemami uczniów i danie im możliwości dialogu, podzielenia się swoimi odczuciami.
- Przeznaczenie czasu na swobodne rozmowy i bycie z uczniami.

**6. Wykorzystanie potencjału wychowawców:** konieczne jest uświadomienie wychowawcom ich roli i wpływu oraz wskazanie prostych sposobów troski o kondycję psychiczną uczniów (zwykle rozmowy, zainteresowanie przeżyciami uczniów, zajęcia integracyjne, wstępne rozpoznanie dotyczące liczby uczniów o bardzo złej kondycji psychicznej, którzy mogą wymagać większej pomocy).

Wzrost kompetencji  
wychowawczych nauczycieli



### **7. Potrzeba współpracy poziomej i wsparcia dla dorosłych pomagających uczniom:**

Konieczna jest intensywna, dwustronna współpraca nauczycieli i wychowawców (którzy są najbliższymi uczniów) z pedagogiem szkolnym oraz pracownikami poradni psychologiczno-pedagogicznych.

### **8. Realizacja programów profilaktycznych.**

**9. Konieczność działań wspierających i profilaktycznych w najbliższym czasie-** maksymalna intensyfikacja działań mających na celu:

- podniesienie kondycji psychicznej uczniów,
- zbudowanie dobrych relacji i ponowną integrację klas,
- pomoc w adaptacji do rytmu nauki stacjonarnej lub hybrydowej (a być może także pomoc w adaptacji do kolejnego okresu zamknięcia szkół).

#### **1. Pomocne zasady i sposób podejścia.**

- Skupianie się na uczniach ich potrzebach i aktualnych możliwościach, a nie na spodziewanych osiągnięciach edukacyjnych. Cierpliwość wobec uczniów, dla których edukacja zdalna była nieskuteczna i mają braki w przyswojeniu i opanowaniu materiału. Pomoc w uzupełnieniu i zrozumieniu niezbędnych treści.
- Rozpoczynanie lekcji od chwili swobodnej rozmowy lekcji (samopoczucie, drobne zdarzenia z codzienności, przeżywane troski).
- Wykorzystanie humoru i żartów jako sposobu rozładowania napięć.
- W trybie zajęć online czujność i natychmiastowe reagowanie na absencję uczniów na lekcji, brak aktywności lub inne obserwowane problemy (orientacja w przyczynach, kontakt z rodzicami, ewentualnie podjęcie współpracy w tej sprawie z pedagogiem szkolnym).

#### **2. Integracja w ramach zespołów klasowych, wycieczki, przyroda.**

- Świadome wzmacnianie relacji rówieśniczych - np. poprzez wprowadzanie wspólnych zadań, które integrowałyby grupę wokół jakiegoś działania.
- Wycieczki i spacer z wychowawcą, które pozwalają na pracę nad dobrą kondycją, dostarczają endorfin i zapewniają kontakt z rówieśnikami.

#### **3. Organizacja wsparcia psychologicznego.**

- Sprawna identyfikacja uczniów, których zachowanie może wskazywać na istnienie głębszych problemów.
- Jak najszybsze objęcie pomocą psychologiczną dzieci i młodzieży, która ma bardzo słabą kondycję psychiczną, a w szczególności tych uczniów, którzy w okresie pandemii doświadczyli jakiejś formy traumy.
- Monitorowanie skuteczności udzielanej pomocy. W razie potrzeby podjęcie kolejnych działań.

#### **4. Działania skierowane do rodziców.**

- Uwrażliwianie rodziców na niepokojące objawy, które mogą świadczyć o poważniejszych trudnościach psychicznych dzieci oraz przekazanie wiedzy o sposobach właściwego reagowania.

- Przekazywanie rodzicom wiedzy dotyczącej nadużywania Internetu przez dzieci i młodzież, w tym także sięgania po treści szkodliwe dla ich rozwoju. Informowanie o sposobach rodzicielskiego monitorowania korzystania z Internetu.

**10. Podnoszenie znaczenia dobrych relacji wewnątrz środowisk szkolnych:** troska o dobre wzajemne relacje w środowisku szkolnym pomiędzy jego głównymi podgrupami: uczniami, rodzicami i nauczycielami. Należy dostrzegać i podkreślać wszelkie dobre inicjatywy, doświadczenia i zdarzenia we współpracy nauczyciele-rodzice-uczniowie, które pojawiły się w trakcie nauczania zdalnego i trwania epidemii, gdy zaistniała konieczność przebudowania i dostosowania relacji do innych form kontaktu.

**11. Potrzeba wnikliwej refleksji nad sytuacją wielu grup uczniów o szczególnej sytuacji życiowej, rodzinnej, prawnej lub zdrowotnej.**

## Rozdział II

### Cele strategii

1. Ułatwienie uczniom powrotu do szkoły.
2. Pomoc w pokonaniu trudności z adaptacją w szkole po pandemii.
3. Pomoc w nawiązywaniu nowych znajomości szkolnych, budowaniu relacji, integracji klasowej i szkolnej.
4. Zwalczanie stresu szkolnego.
5. Aktywizacja młodzieży.
6. Udzielenie pomocy uczniom, którzy nie poradzi sobie z pandemią, jej skutkami, izolacją, odosobnieniem, doświadczyli zarażenia w rodzinie / środowisku, przeżyli traumę.
7. Objęcie pomocą psychologiczno-pedagogiczną uczniów wymagających wsparcia (zajęcia dydaktyczno-wyrównawcze, konsultacje, zajęcia rozwijające, zajęcia rozwijające umiejętność uczenia się).
8. Odbudowanie aktywności fizycznej uczniów.

## Rozdział III

### Działania

Działanie	Osoby odpowiedzialne	Termin
1. Spotkania kadry pedagogicznej w celu ustalenia wspólnych działań skierowanych do uczniów i rodziców celem rozpoznania problemów w sferze emocjonalnej, społecznej, fizycznej dla konkretnych oddziałów.	dyrektor, wicedyrektor	posiedzenie RP 25.05.2021 r.
2. Określenie potrzeb nauczycieli w zakresie doskonalenia zawodowego, w związku z nowymi wyzwaniami (w zakresie dydaktyki i wychowania).	Lider WDN	maj/czerwiec cały rok
3. Zgłoszenie Ośrodkom Doskonalenia Nauczycieli zapotrzebowania na szkolenia kadry pedagogicznej z uwzględnieniem zdiagnozowanych potrzeb.	Lider WDN	cały rok
4. Rozpoznawanie przez wychowawców wszelkich potrzeb uczniów.	wychowawcy	cały rok
5. Zorganizowanie zebrania zespołu wychowawców. Określenie działań mających na celu budowanie właściwych relacji społecznych w klasie i szkole.	wicedyrektor, wychowawcy	maj/czerwiec
6. Obserwowanie zachowań uczniów.	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog	cały rok
7. Monitorowanie funkcjonowania uczniów w grupie klasowej / rówieśniczej,	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog	cały rok
8. Wprowadzenie nowej tematyki zajęć z wychowawcą (Jak radzić sobie w szkole? Dlaczego potrzebujemy osobistych kontaktów z rówieśnikami? Aktywne formy spędzania wolnego czasu – zmiana form spędzania wolnego czasu po pandemii. Jak bezpiecznie organizować spotkania? Jak zwalczać lęk przed wyjściem z domu? Dlaczego warto aktywnie uczestniczyć w lekcjach? Jak przyzwyczaić się do wyjścia z domu do szkoły? Co to znaczy być fair? Co oznacza empatia? Profilaktyka zarażeń	wychowawcy, pedagog	maj/czerwiec cały rok

wirusami – podstawowe zasady higieny w szkole i w miejscach publicznych; Jak pomagać innym w trudnych sytuacjach? Czy warto pomagać? Szczepienia – dobry pomysł?		
9. Zgłaszanie dyrektorowi problemów uczniów w nauce w celu wdrożenia zajęć dydaktyczno-wyrównawczych z konkretnego przedmiotu (w ramach udzielania uczniom pomocy psychologiczno-pedagogicznej),	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog	cały rok
10. Utrzymywanie kontaktu z rodzicami uczniów.	wychowawcy	cały rok
11. Pozyskanie od rodziców informacji dotyczącej potrzeb, niepokojów, obaw uczniów w związku z powrotem do szkoły.	wychowawcy	Zebranie z rodzicami (01.06.2021 r.), maj/czerwiec
12. Zorganizowanie warsztatów on-line zwiększających świadomość rodziców/opiekunów w zakresie problemów zdrowia psychicznego dzieci/uczniów w skutek izolacji społecznej.	pedagog	czerwiec
13. Zorganizowanie szkoleń on-line dla rodziców dotyczących spraw wychowawczych, stanów emocjonalnych, pokonywania lęku m.in. przed brakiem akceptacji w grupie, stresu, budowania na nowo relacji interpersonalnych.	pedagog	czerwiec
14. Utrzymywanie stałego kontaktu z rodzicami uczniów objętych pomocą psychologiczno-pedagogiczną.	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog	cały rok
15. Monitorowanie postępów w nauce.	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog	cały rok
16. Ustalenie sposobów diagnozowania osiągnięć uczniów ukierunkowanych głównie na zaprojektowanie działań wspomagających, bez nadmiernego stosowania klasycznych sposobów	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog	cały rok



<p>sprawdzania wiedzy i umiejętności. Zwrócenie uwagi na eliminowanie lęku, poczucia zagrożenia spowodowanego nadmiernym obciążeniem związanym np. z przygotowywaniem się do sprawdzianów, czy obawą przed porażką w grupie rówieśniczej</p>		
<p>17. Motywowanie uczniów do nauki, do podejmowania nowych wyzwań,</p>	<p>wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog</p>	<p>cały rok</p>
<p>18. Dostrzeganie mocnych strony ucznia i angażowanie go do zdobywania nowej wiedzy.</p>	<p>wychowawcy, nauczyciele przedmiotu</p>	<p>cały rok</p>
<p>19. Chwalenie za drobne postępy, zachęcanie do działania.</p>	<p>wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog</p>	<p>cały rok</p>
<p>20. Dbanie o atmosferę sprzyjającą uczeniu się, zabieraniu głosu w dyskusji, wystąpieniom na forum grupy / klasy,</p>	<p>wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog</p>	<p>cały rok</p>
<p>21. Stosowanie metod aktywizujących, mobilizujących uczniów do działania, do podejmowania inicjatywy.</p>	<p>wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog</p>	<p>cały rok</p>
<p>22. Modyfikowanie realizowanego programu nauczania, metod i form pracy do zdiagnozowanych potrzeb i możliwości uczniów.</p>	<p>nauczyciele przedmiotu (informacja do dyrektora)</p>	<p>maj/czerwiec 2021</p>
<p>23. Ograniczenie wprowadzania nowych treści z podstawy programowej w przypadku zajęć edukacyjnych, które będą kontynuowane w roku szkolnym 2021/2022, umożliwienie uczniom dokonania weryfikacji ich wiedzy poprzez organizację: poprawkowych sprawdzianów wiedzy-jedynie z przedmiotów kończących się w danej klasie, sprawdzianów diagnostycznych, które nie są na ocenę, sprawdzianów na prośbę ucznia/uczniów zgodnie z zapisami w statucie.</p>	<p>nauczyciele przedmiotu</p>	<p>maj/czerwiec</p>
<p>24. Rezygnowanie z przeprowadzania</p>		

niezapowiedzianych kartkówek, zamieszczanie w terminarzu w dzienniku elektronicznym terminów kartkówek, ograniczenie liczby przeprowadzanych kartkówek - maksymalnie trzy kartkówki w tygodniu z trzech różnych przedmiotów, maksymalnie z trzech ostatnich tematów. Przestrzeganie zasady „nierozliczania” uczniów z zeszytów, zeszytów ćwiczeń, w których wykonywały zadania podczas pracy zdalnej.		
25. Rozwijanie relacji interpersonalnych na poziomie nauczyciel-uczeń, uczeń-uczeń poprzez m.in.: częste kontakty i rozmowy nauczycieli/pedagogów z uczniami, uczniów z uczniami np. podczas lekcji rekomendujemy przeznaczyć 15 minut na integrację oddziału klasowego; objęcie wsparciem osoby nieśmiałe i wycofane, docenianie każdej aktywności, angażowanie do dodatkowych zadań; podejmowanie działań integrujących zespół klasowy np. obchody urodzin, aktywne przerwy śródlekcyjne; organizowanie częstych wyjść klasowych.	nauczyciele przedmiotu	cały rok
26. Informowanie o nowych książkach w bibliotece szkolnej, zachęcać do korzystania z zasobów bibliotecznych	nauczyciele bibliotekarze	cały rok
27. Dbanie o rozwijanie kompetencji kluczowych, kompetencji społecznych,	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu,	cały rok
28. Stwarzanie uczniom możliwości aktywnego uczestnictwa w życiu klasy / szkoły,	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu,	cały rok
29. Organizowanie dla uczniów konsultacje indywidualnych lub w małych grupach z uczonego przedmiotu.	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu	cały rok
30. Rozwijanie umiejętności pracy w grupie / zespole.	wychowawcy, nauczyciele przedmiotu, pedagog	cały rok
31. Organizacja koncertu dla społeczności	opiekun Klubu	październik

szkolnej „Śpiewamy dla Ciebie” lub „Nareszcie razem”.	Talent	
32. Organizacja konkursu literackiego.	nauczyciele języka polskiego	październik - listopad
33. Organizacja Dnia Sportu – promocja aktywnego wypoczynku.	nauczyciele wychowania fizycznego	wrzesień, czerwiec
34. Organizacja rajdu na Gromnik lub po okolicy.	Opiekun Klubu Gromnik	wiosna, jesień
35. Organizacja wycieczek integracyjnych dla klas I i II.	wychowawcy klas	wiosna, jesień
36. Organizacja zawodów sportowych na sali gimnastycznej – różne dyscypliny.	nauczyciele wychowania fizycznego	cały rok
37. Aktywizacja SSU. Organizacja akcji plakatowych na temat: Przełoń stres, Życie po pandemii – życie w higienie, aktywne spędzanie wolnego czasu, dzień bez komputera, dzień bez telefonu, dbaj o siebie; 38. „Przyjaźń – empatia - zrozumienie”.	opiekunowie SSU, wychowawcy klas	cały rok
39. Wzmocnienie roli wolontariatu szkolnego - organizacji samopomocy koleżeńskiej.	opiekun Szkolnego Klubu Wolontariatu, SSU, wychowawcy klas	cały rok
40. Określenie zadań pedagogów, psychologów i innych specjalistów zatrudnionych w szkole dotyczących wsparcia nauczycieli, wychowawców w zakresie diagnozowania sytuacji wychowawczej w każdej klasie.	pedagog	maj/czerwiec 2021
41. Zaprojektowanie cyklu działań integrujących z uwzględnieniem propozycji zgłaszanych przez uczniów i rodziców, z możliwością włączenia w te działania psychologa, pedagoga, terapeutę. Konsultacje nauczycieli i wychowawców z pedagogiem.	pedagog	maj/czerwiec 2021
42. Organizacja zajęć z pedagogiem na tematy związane z radzeniem sobie w szkole po	pedagog	cały rok

<p>pandemii (np. na temat: zwalczanie lęku przed publicznym wystąpieniem na forum klasy, sposoby nawiązywania nowych znajomości, sposoby radzenia sobie ze stresem popandemicznym)– spotkania z pedagogiem w małych grupach: na lekcjach wychowawczych podział na grupy: 1 grupa odbywa lekcję z wychowawcą a druga grupa – z pedagogiem; na zajęciach wychowawczych podawać przykłady właściwych zachowań, przykłady z życia.</p>		
<p>43. Uruchomienie stałych dyżurów/konsultacji specjalistów dla uczniów. Organizacja spotkań z psychologiem z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej lub z P. T. Wojtkowskim.</p>	<p>nauczyciele, specjaliści</p>	<p>nauczyciele ustalą terminy konsultacji po uzgodnieniu z uczniami (wg. potrzeb)</p>
<p>44. Modyfikacja programu wychowawczo-profilaktycznego.</p>	<p>Zespół ds. modyfikacji i ewaluacji Programu Wychowawczo-Profilaktycznego</p>	<p>czerwiec</p>

## Rozdział IV

### Metody i formy pracy

**Metody aktywizujące:** burza mózgów, wywiady, odwrócona lekcja, dyskusja, world cafe', grupy eksperckie, metoda Johna Fischera – metoda czterech kroków (problem – przyczyna – przyczyna problemu – przyczyna przyczyny), forum krytyków ( grupa ekspertów i grupa krytyków, zadająca mnóstwo pytań ekspertom) oraz in.

**Formy pracy:** plenum, wykład, praca w grupach, praca w parach, praca indywidualna i in.