Program zajęć reintegracyjnych

dla uczniów klas I - III szkół podstawowych

maj 2021



Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna

Grodzisk Mazowiecki

**Cele działań**

1. Odbudowa relacji pomiędzy uczniami w zespole klasowym.
2. Pomoc w powrocie do „rzeczywistości szkolnej”. Przypomnienie zasad obowiązujących podczas zajęć.
3. Rozwijanie relacji interpersonalnych na poziomie uczeń – nauczyciel, uczeń – uczeń.
4. Rozwijanie umiejętności porozumiewania się.
5. Minimalizowanie lęku uczniów przed bezpośrednimi relacjami rówieśniczymi w klasie i na terenie szkoły.
6. Budowanie poczucia pewności uczniów w relacjach rówieśniczych.

**Działania mogą być prowadzone podczas**

* zajęć edukacyjnych,
* godzin z wychowawcą,
* warsztatów dla uczniów prowadzonych przez szkolnych specjalistów lub wychowawców,
* przerw śródlekcyjnych,
* projektów międzyklasowych, szkolnych,
* wycieczek.

**Wskazówki dla nauczycieli mające na celu minimalizowanie lęku oraz wspierające prawidłową aklimatyzację uczniów w środowisku szkolnym**

1. Zapoznanie się z materiałem *„Propozycja działań wychowawczych prowadzonych po powrocie uczniów do nauki stacjonarnej”* (załącznik A) (źródło: Elżbieta Tołwińska-Królikowska, Beata Walkiewicz Pracownia Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej i Kształcenia Specjalnego, Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń [www.wcies.edu.pl](http://www.wcies.edu.pl))
2. Zapoznanie się z filmem: [*Fundacja Szkoła z Klasą. Relacje po pandemii. Lekcja dla nauczycieli i nauczycielek z prof. Jackiem Pyżalskim*](https://www.facebook.com/fundacjaszkolazklasa/videos/relacje-po-pandemii-lekcja-dla-nauczycieli-i-nauczycielek-z-prof-jackiem-py%C5%BCalsk/766473690655380/)*,* <https://www.youtube.com/watch?v=y6jf9GkL2nc>
3. Rozpoczynanie dnia od 15-to minutowej zabawy, mającej na celu budowanie atmosfery bezpieczeństwa i wzajemnej sympatii.
4. Powtarzanie materiału omawianego w czasie nauki zdalnej, diagnozowanie osiągnięć uczniów ukierunkowane głownie na planowanie działań wspomagających.
5. Korzystanie na lekcjach jak najczęściej z formy pracy grupowej, pracy w parach, metody wspólnego projektu.
6. Przestrzeganie zasady „nierozliczania” uczniów z zeszytów, zeszytów ćwiczeń w których wykonywane były prace w czasie zdalnej nauki.
7. Nawiązanie kontaktu z rodzicami uczniów mających trudności edukacyjne w celu przedstawienia sytuacji edukacyjnej dziecka oraz zaproponowania rozwiązania.
8. Skoncentrowanie się na rozwijaniu relacji interpersonalnych na poziomie nauczyciel – uczeń, poprzez częste kontakty i rozmowy z uczniami, poświęcenie kilku minut na każdej lekcji na rozmowę, krótkie ćwiczenie integracyjne, objęcie szczególnym wsparciem osoby nieśmiałe, wycofane.
9. Stosowanie odpowiednio dobranych metod pracy. Dzieci chętniej biorą udział w zajęciach, na których „wiele się dzieje”, w związku z tym należy położyć jak największy nacisk na wykorzystanie metod aktywizujących i interakcyjnych.

**Przykładowe formy realizacji**

1. Zdiagnozowanie indywidualnych potrzeb uczniów w zakresie wsparcia psychologiczno – pedagogicznego. W celu określenia potrzeb dzieci można skorzystać z metody „Zdań niedokończonych”.

Wśród nich mogą być:

*Pandemia dla mnie to……..*

*Najbardziej w czasie nauki zdalnej podobało mi się…….*

*Najbardziej w czasie nauki zdalnej nie podobało mi się…………*

*Pandemia zmieniła w nas/u nas……………*

*W pandemii najwięcej czasu spędzałem/łam…………..*

Zabawę można przeprowadzić używając np. piłki lub innego przedmiotu podawanego sobie miedzy dziećmi. Osoba, do której trafi piłka dokańcza zdanie wypowiadane przez nauczyciela. Robimy tyle rund ile jest pytań, tak, żeby każde dziecko mogło dokończyć każde ze zdań.

1. Organizowanie jak największej ilości wycieczek, wyjść klasowych, np. na wspólny spacer, lody, czy choćby wyjście na boisko szkolne - rozmowa w kręgu, zabawy integracyjne.
2. Przeprowadzenie zabaw integracyjnych, relaksacyjnych na lekcji wychowania fizycznego – zbiór zabaw (Załącznik 2) (źródło: Andy Kirby, Gry szkoleniowe. Materiały dla trenerów. Zestaw 1, 2 i 3.)
3. Podejmowanie działań integrujących zespół klasowy.
4. Warsztaty integracyjne prowadzone przez szkolnego specjalistę – psychologa/pedagoga
5. Przygotowanie szkolnej gazetki „na przywitanie uczniów”
6. Wspólne przygotowanie plakatów/rysunków przez uczniów pt. „Znów jesteśmy razem”.

### **Programy profilaktyczne przydatne w pracy**

* Archipelag skarbów
* Apteczka Pomocy Psychologicznej
* Przyjaciele Zippiego

**Zasady ogólne realizacji zabaw/ćwiczeń integracyjnych**

Każde spotkanie z uczniami w ramach programu powinno zawierać za każdym razem kilka stałych elementów:

1. Przywitanie uczniów. Przedstawienie celu zajęć.
2. Wspólne ustalenie zasad obowiązujących podczas zajęć (np. zapisanie w kilku punktach na tablicy/kartce) a w sytuacji kolejnego spotkania przypomnienie ich wraz z uzasadnieniem (czyli dlaczego dana zasada jest ważna).
3. Wyjaśnienie zasad poszczególnych zabaw/ ćwiczeń przed ich wykonaniem oraz upewnienie się, że wszyscy uczniowie rozumieją co należy robić.
4. Podsumowanie czyli tzw. „rundka” na koniec. Każdy uczestnik powinien mieć szansę powiedzenia jakie są jego uczucia, przemyślenia po zakończeniu zabawy/ ćwiczenia.
5. Zajęcia integracyjne powinny odbywać się w miejscu przyjaznym dla uczniów, czyli miłym, atrakcyjnym lub znanym. Może być to klasa, ale wówczas ustawiamy krzesła w kręgu – tak aby każdy widział każdego. Nie może być wolnych miejsc ani zbyt dużych odstępów. Zadaniem nauczyciela jest dbanie, aby każdy uczeń miał podobne warunki.
6. Charakter zajęć wyklucza samodzielny dobór uczniów do własnych grup zadaniowych, ponieważ nie sprzyja to integracji. Zadaniem nauczyciela jest przypadkowy dobór uczniów do zadania, np. poprzez odliczanie do 5 (jeśli ma być 5 grup) losowanie kolorowych karteczek, itp.
7. W trakcie wykonywania ćwiczeń, które wymaga od ucznia prezentowania na tle klasy swojej pracy, nauczyciel powinien zadbać o dobrą atmosferę w grupie i szczególne przestrzeganie zasad zachowania w czasie tych zajęć. Nie wskazane jest przerywanie wypowiedzi, komentowanie przez innych uczniów (niezależnie, czy pozytywne czy negatywne), okazywanie braku zainteresowania ze strony słuchających.

**ZAJĘCIA INTEGRACYJNE, JAKO ELEMENT PROGRAMU UŁATWIAJĄCEGO ADAPTACJĘ UCZNIÓW**

**Propozycje zabaw integracyjnych**

**Powitanie – Imię i gest**

Każde dziecko mówi swoje imię i pokazuje gest (np. co lubi, co potrafi, w czym jest dobre). Starsze dzieci – można dołączyć element – każda kolejna osoba musi powtórzyć gesty i imię dzieci, które były przed nim.

**Ćwiczenie „Kubek emocji”**

Nauczyciel rozdaje karty pracy, uczniowie wypełniają. Chętni uczniowie prezentuję i omawiają swoje filiżanki, nauczyciel tworzy klasową galerię filiżanek emocji. (załącznik 3)

**„Jesteśmy do siebie podobni”**

Prowadzący wychodzi na środek i prosi do siebie dzieci mówiąc: „Niech wyjdą na środek wszyscy, którzy:

- lubią lato

- mają psa

- lubią lody

- chętnie biegają

- mają urodziny zimą

- lubią długie wędrówki

- lubią pomagać mamie ...

Po zakończeniu prowadzący omawia krótko tę zabawę, podkreślając podobieństwa występujące w grupie.

**„Zgadnijcie, co robię ?”**

Dzieci siadają w kręgu. Jedno z nich wychodzi na środek i wykonuje jakąś prostą czynność. Zadaniem pozostałych dzieci jest odgadnięcie, jaka czynność została zaprezentowana? To dziecko, które odgadło, wykonuje kolejną czynność do rozpoznania.

**„Podaj dalej”**

W tej zabawie dzieci tworzą jedną wspólną pracę plastyczną. Każde dziecko będzie miało wkład we wspólne dzieło. Każde dziecko otrzymuje kartkę papieru podpisaną imieniem i kredki. Zadaniem dzieci jest narysowanie czegoś na dowolny temat. Czas rysowania jest ograniczony. Po minucie, dzieci przekazują swoją pracę osobie siedzącej po lewej stronie. Wyjaśniamy, że teraz dzieci mają dorysować coś na kartce kolegi. W ten sposób każdy ma wkład we wszystkie prace dzieci z grupy. Ćwiczenie kończy się gdy rysunek wróci do właściciela. Każde dziecko dostaje obrazek, który jest wynikiem pracy całej grupy. Należy porozmawiać z dziećmi o tym, jak pomagały sobie w rysowaniu prac. Po zajęciach można zrobić wystawę prac dzieci.

**„Kto się schował?”**

Gdy dzieci usiądą w kręgu, inicjujemy rozmowę o tym, że niektórzy mogą mieć czasem odmienne zdanie niż my. Nie znaczy to, że mniej liczy się w grupie. Wyjaśniamy dzieciom, na czym polega zabawa „Kto się schował?” Jedno dziecko wychodzi za drzwi. W tym czasie inne dziecko chowa się pod prześcieradło. Zadaniem powracającego jest odgadnięcie, kto ukrył się pod prześcieradłem.

**Masaż**

Dzieci siadają w kręgu jedno za drugim i kładą ręce na ramionach osoby poprzedzającej. Następnie postępują zgodnie z instrukcją prowadzącego:

„Ida słonie ... „ – stawiają ślady na plecach partnera całymi dłońmi

„Biegną konie ...” – uderzają plecy partnera katami dłoni

„Pada deszczyk ... ” – delikatnie pukają czubkami palców

„Czujesz dreszczyk ? ” – radośnie łaskoczą kark dziecka siedzącego przed nimi.

**Wiatr, deszcz, burza**

Dzieci siadają na podłodze tworząc koło. Prowadzący mówi: „ Pokażę wam zabawę, która nazywa się „Wiatr, burza, deszcz”. Najpierw będę o siebie pocierać dłonie – to jest wiatr ...

Następnie będę uderzać dłońmi w nogi – to jest deszcz ...

Teraz będę tupać na przemian obiema nogami o podłogę – to jest burza ...

/ Zmieniamy według własnego uznania te trzy sposoby poruszania się. Zabawę kończymy opowiadaniem o uspokojeniu się pogody/.

Teraz połóżcie swoje dłonie spokojnie na biodrach i zamknijcie oczy. Wyobraźcie sobie piękną tęczę z czerwonymi, żółtymi, zielonymi i niebieskimi kolorami / około 15 sekund /.

Możecie już otworzyć oczy i zaklaskać w dłonie, ponieważ wykonałyście to zadanie wspaniale”.

**Podaj dalej**

Dzieci siadają w kole jedno za drugim. Prowadzący przekazuje przedmiot grupie /może to być na przykład piłka/, mówiąc , że należy go szybko podać dalej, ponieważ parzy. Prowadzący wydaje różne polecenia np.:

Podajemy piłkę górą

Podajemy piłkę z zewnętrznej strony koła

Podajemy piłkę do tyłu

Należy uprzedzić dzieci, aby nie rzucały piłką.

**Sztorm**

Dzieci stają na środku sali. Prowadzący wydaje polecenie: „Na prawą burtę” – wszyscy biegną na prawą stronę sali. Kiedy woła: „Na lewa burtę” – wszyscy biegną na lewo. Kiedy wydaje polecenie: „Do sterów” – wszyscy stają na środku. Komendy wydawane są coraz szybciej.

**Burza w lesie**

Dzieci siadają w kręgu. Prowadzący przydziela każdemu dziecku nazwę zwierzątka mieszkającego w lesie np: „wilk”, „lis”, „sarna”, „zając”, „wiewiórka”. Każde dziecko musi należeć do jakiejś grupy. Prowadzący mówi: „Wilki odwiedzają wilki”, „Lisy odwiedzają sarenki” ... – dzieci zamieniają się miejscami. Kiedy padnie komenda „Burza w lesie” – wszystkie „zwierzęta” zmieniają swoje miejsca.

**Kwiat**

Podział klasy na grupy – na flipcharcie rysujemy kwiat – w środku dzieci wpisują wszystko to, co je łączy (jeśli wszystkie dzieci z grupy mają niebieskie oczy – wpisują to/rysują), w płatkach wpisują to, czym się różnią.

Omówienie – Mamy elementy, które nas łączą oraz różnią. Tworzymy całość.

**Ludzie do ludzi**

Dzieci stoją w kręgu, dobierają się w pary, prowadząca/y mówi

- głowa do głowy

- noga do nogi

- ręka do ręki

Dzieci wykonują polecenia.

Na hasło: człowiek do człowieka – następuje zmiana osoby, dzieci szukają innego kolegi/koleżanki.

**O mnie**

Każde dziecko odrywa sobie tyle płatków z papieru toaletowego ile chce. Kiedy każde dziecko już będzie miało swoje płatki – przedstawia się, mówi tyle zdań o sobie ile ma płatków.

Inny wariant: Każde dziecko pisze 3 zdania o sobie – jedno spośród nich ma być fałszywe – grupa musi odgadnąć które jest nieprawdziwe.

**Autoportret**

Dzieci rysują siebie – rysunki zbieramy, mieszamy, a potem wspólnie odgadujemy kto jest na rysunku.

**Grupowy rysunek**

Każde dziecko ma swoja kartkę i zaczyna rysować jakiś element – podaje kartkę koledze z prawej strony i ona coś dorysowuje, następnie karta przechodzi do kolejnej osoby. Gdy rysunki powrócą do właścicieli dzieci prezentują efekty pracy, próbują odgadnąć, co przedstawiają rysunki.

**Zabawa na pożegnanie „Iskierka”**

Wszyscy stoją w kręgu i trzymają się za ręce. Prowadzący ściska dłoń jednego z dzieci. Uścisk jest kolejno przekazywany następnym dzieciom, aż w końcu powraca do prowadzącego.

**Inspiracje**

<https://livekid.com/pl/zabawy-integracyjne-ktore-pokochaja-dzieci/>

<https://www.szkolneinspiracje.pl/zabawy-integracyjne-w-klasach-i-iii/>

<https://proszepani.com/integracja/>

**SCENARIUSZ ZAJĘĆ INTEGRACYJNYCH**

**Temat: Poznajmy się !**

Uczestnicy: poszczególne klasy pierwsze oraz ich wychowawca.

Prowadzący zajęcia: np. pedagog szkolny, psycholog.

Czas trwania zajęć: dwie godziny lekcyjne (bez przerwy ).

Miejsce: świetlica internatu szkoły, boisko.

Cele: integracja klasy, budowanie poczucia bezpieczeństwa i zaufania .

Metody: rundka, praca w parach, praca w małych grupach, rysunek, gry integracyjne.

Pomoce: karta „Znajdź kogoś, kto...” ; „Barometr samopoczucia” – rysunek na szarym papierze; kartki na wizytówki; mazaki; kostka do gry; szary papier; gazeta /posklejane kartki/ .

Przebieg zajęć :

1. Przywitanie klasy, przedstawienie się, poinformowanie o celu spotkania.
2. Wspólne ustalenie zasad obowiązujących podczas zajęć.
3. „Barometr samopoczucia”- każdy wpisuje, na uprzednio przygotowanym arkuszu papieru, swoje inicjały lub jakiś inny znak w miejscu, które charakteryzuje jego samopoczucie: niebo, O.K., piwnica.
4. Wizytówka – uczestnicy spotkania wykonują swoją wizytówkę (imię oraz rysunki , napisy charakteryzujące daną osobę ) i przypinają do swego ubrania.
5. Rundka – zaczynając od prowadzącego zajęcia, każdy z uczestników przedstawia się (mówi tylko to, co chce powiedzieć, np. imię, zainteresowania, dlaczego jest właśnie w tej szkole, czy w klasie są osoby, z którymi znał się wcześniej, czy polubił już kogoś, historia imienia) .
6. Każdy z uczestników otrzymuje kartę „Znajdź kogoś, kto...” (kto ma taki sam znak zodiaku, co Ty; oczy w takim samym kolorze; imię zaczynające się na tę sama literę, co Twoje; nosi taki sam rozmiar buta; lubi te same filmy; ma dłoń tej samej wielkości, co Twoja ). Wszyscy chodzą po świetlicy i wyszukują odpowiednie osoby i zapisują ich imiona.
7. Wywiad – prowadzący, w sposób losowy, dobiera uczniów w pary. Najpierw jedna osoba przez 1,5 minuty zadaje pytania partnerowi z pary, następnie – druga. Celem pytań jest ustalenie jak najwięcej wspólnych cech, spraw itp. łączących obu uczniów. Po upływie trzech minut jedna osoba z każdej pary opowiada, co udało się im znaleźć wspólnego. Próbujemy ustalić, co wspólnego jest dla wszystkich w klasie.
8. Tratwa ratunkowa – w sposób losowy tworzy się 4, 5 grup. Każda otrzymuje płachtę gazety (60cm x 90cm) . Informuje się klasę, że będąc na wycieczce klasowej płynęli statkiem. Statek uległ uszkodzeniu i pasażerowie muszą zmieścić się na tratwach (gazetach) aby się uratować. Każda grupa prezentuje, w jaki sposób pomieści się na tratwie.
9. Klasę dzielimy na połowę; jedna część ustawia swoje fotele na środku świetlicy. Druga połowa uczestników siada naprzeciwko wybranej osoby (tworzą się dwa kręgi ). Osoby siedzące na zewnątrz mówią : chciałbym zapytać cię o... . Na dany przez prowadzącego znak, osoby zadające pytanie przesiadają się na fotel po prawej stronie i znów zadają pytanie. Ta rundka trwa do czasu, aż wrócą do osoby, z którą zaczynały zabawę.
10. Na środku sali stawiamy duży stół, na który kładziemy arkusz szarego papieru – podpisujemy go: klasa ...., data. Stajemy wokół stołu; następnie każdy podchodzi do stołu (nie ustalamy kolejności ) i rysuje element obrazu pt. Nasza klasa. Można podchodzić kilka razy, ale zawsze tylko jedna osoba rysuje. Zadanie to wykonujemy w całkowitym milczeniu. Rysunek wieszamy na ścianie i każdy mówi co i dlaczego narysował. Obraz przechowujemy do końca pobytu uczniów szkole.
11. Prowadzący pyta uczestników o samopoczucie.
12. Rundka – każdy rzuca kostką do gry. Ile wyrzuci punktów, tyle słów ma powiedzieć na pożegnanie.
13. Prowadzący życzy pierwszoklasistom powodzenia i daje każdemu karteczkę   
    z napisem : Bądź dobrej myśli ... .

Uwaga:

1. Wszyscy uczestnicy siedzą podczas spotkania w kręgu.
2. Wychowawca klasy bierze udział we wszystkich zabawach.
3. Po każdym zadaniu prowadzący dopytuje się , czy ktoś chciałby coś jeszcze powiedzieć, co było trudne, podkreśla wszystko, co łączy klasę.

źródło internetowe: Projekt „Małymi krokami- wielospecjalistyczne usprawnianie zaburzonych funkcji u dzieci niepełnosprawnych intelektualnie” współfinansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach RPOWP na lata 2014-2020

Materiały przygotowały:

mgr Anna Ertman

mgr Marta Fuks - Adamska

mgr Agata Mackiewicz