

## Program edukacyjny: „Aktywna świetlica”

### **Miejsce realizacji:**

Specjalny Ośrodek Szkolno - Wychowawczy dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej w Dąbrowie Górniczej – świetlica szkolna LO i BS.

### **Autor:**

Rafał Czapla

### **Czas trwania:**

Od II półrocza roku szkolnego 2022/23 do końca I półrocza roku szkolnego 2023/24.

### **Wstęp**

Program skierowany do uczniów przebywających w świetlicy szkolnej szkół ponadpodstawowych. Zajęcia pozalekcyjne stanowią ważną rolę w kształtowaniu aktywności ruchowej jak i umysłowej. W ramach programu prowadzone są zajęcia gry w tenisa stołowego, zabaw na sali gimnastycznej lub na boisku szkolnym z wykorzystaniem piłek, bramek, materacy jak i regularne spacery obok szkoły gdy jest ładna pogoda, gier w warcaby, gier zręcznościowe przy komputerze. Aktywność umysłowa i ruchowa pomaga odprężyć się po zajęciach lekcyjnych. Uczy zasad fair-play, umiejętności przegrywania, cierpliwości, dokładności oraz dyscypliny.

Gry planszowe sprzyjają socjalizacji. Grając z innymi ludźmi, jesteśmy z nimi w kontakcie, wymieniamy się opiniami i strategiami, a ostatecznie udzielamy się towarzysko. Granie w gry planszowe może również pomóc zmniejszyć codzienny stres, ponieważ wymaga to od nas skupienia się na chwili obecnej i na samej grze. Z pewnością najważniejszą korzyścią jest to, że pozwalają uczniom dobrze się bawić, a także przy okazji czegoś nauczyć!

Gry komputerowe rozwijają koordynację wzrokowo-ruchową, poprawiają refleks, pobudzają wyobraźnię przestrzenną. rozwijają umiejętność postrzegania, uczą jak dojść do celu, wymuszają samodzielne podejmowanie decyzji i ponoszenia konsekwencji za te decyzje. Oprócz tego uczą nas szukania wskazówek, uczą dobrych wzorców, czy pokazują, że w niektórych sytuacjach należy podporządkować się określonym zasadom, aby odnieść sukces. Granie w gry to dobry sposób na rozładowanie nadmiaru emocji, nie tylko tych złych, co poprawia ogólny stan psychiczny ucznia. Należy oczywiście pamiętać o czasie spędzonym przy komputerze, aby nie był zbyt długi!

Zajęcia ruchowe zwiększają zdolności uczenia się, poprawiają nastrój. Proces uczenia musi iść w parze z ruchem. Wszyscy eksperci zgodnie sygnalizują, że im wcześniej zacniemy troszczyć się o rozwój fizyczny dzieci (uczniów) tym mniejsze będą spowolnienia w rozwoju w ich życiu dorosłym. Wystarczy kilkunastominutowa, ale regularna aktywność ruchowa. Wszystkie zmysły człowieka kształtują się wtedy, gdy człowiek jest aktywny ruchowo.

Na zajęciach uczniowie mają szansę na pokazanie swoich umiejętności co może podnieść ich samoocenę i wiarę w siebie.

Wszystkie zajęcia prowadzone są z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa uczniów oraz ich możliwości psychoruchowych.

#### **Założenia programu:**

1. Kształtowanie u uczniów nawyków zdrowego, aktywnego i przyjemnego spędzania czasu wolnego.
2. Oddziaływanie na wszystkie sfery aktywności poznawczej młodzieży, dzięki wykorzystaniu metod aktywizujących, angażujących najróżnorodniejsze sfery percepcji.
3. Stworzenie warunków do rozwijania sprawności, umiejętności i uzdolnień uczniów.
4. Wspomaganie wszechstronnego i harmonijnego rozwoju ucznia.
5. Stwarzanie okazji do budowania pozytywnego obrazu własnej osoby – pobudzanie do twórczej aktywności.

#### **Cele szczegółowe:**

1. Poznanie zasad fair-play.
2. Rozwój koncentracji, spostrzegawczości i refleksu.
3. Rozwój logicznego myślenia – wspierają analizę i syntezę, uczą jak odczytywać fakty, zmuszają do myślenia i poszukiwania najlepszych rozwiązań – gry planszowe.
4. Poprawa pamięci krótkotrwałej – gry planszowe.
5. Promocja socjalizacji.
6. Redukcja stresu.
7. Wypracowanie zdolności samodzielnego podejmowania decyzji – gry komputerowe.
8. Wyrobienie koordynacji wzrokowo-ruchowej.
9. Rozwijanie umiejętności komunikowania się.
10. Rozwijanie percepcji wzrokowej i spostrzegania.
11. Rozwijanie sprawności manualnej.
12. Ćwiczenia koncentracji uwagi.
13. Rozwijanie myślenia przyczynowo- skutkowego.
14. Podwyższenie u ucznia samooceny.
15. Rozładowanie negatywnych emocji.



Tak

Nie

3. Które zajęcia realizowane w programie, najbardziej ci się podobały (możesz zaznaczyć maksymalnie 3 odpowiedzi)

- a. gra w tenisa
- b. zajęcia na Sali gimnastycznej
- c. zajęcia na boisku szkolnym
- d. spacery
- e. rozgrywki w gry planszowe
- f. gry komputerowe.

4. Jak oceniasz organizację zajęć w których uczestniczyłeś, w ramach programu?

Oceń w skali od 1 do 10.

.....

5. Czy nabyłeś nowych umiejętności dzięki uczestnictwu w programie?

Tak

Nie

Jeśli tak, to jakich:

.....  
.....

6. Czy podczas realizacji programu panowała dobra atmosfera sprzyjająca współpracy i komunikacji?

Tak

Nie

7. Czego się dowiedziałeś o swoich preferencjach dotyczących spędzania czasu wolnego, dzięki uczestnictwu w projekcie?

8. Czy chciałbyś/chciałabyś coś zmienić w realizowanym programie?

.....  
.....