

INNOWACJA PEDAGOGICZNA ROK SZKOLNY 2015/ 2016



ZDROWO I SPORTOWO SPĘDZAMY CZAS

Autor: mgr Ewa Prusek

Realizator:

mgr Dorota Szpakowska

mgr Barbara Hylicka

Tworząc innowację kierowałam się obecnymi trendami zdrowego i aktywnego trybu życia. Racjonalne odżywianie wywiera wpływ na aktywność psychiczną dziecka i wzbogaca wiedzę dziecka o zdrowiu własnym i innych, tworząc warunki do promowania zdrowego stylu życia oraz nabywania umiejętności dbania o zdrowie. W edukacji szkolnej akcent winien być położony nie tylko na wiedzę o zdrowiu i sposobach jego ochrony, ale również na dostarczeniu dzieciom argumentów, które świadczą o korzyściach płynących z dbania o własne zdrowie i pomnażanie jego potencjału. W ten sposób dziecko samo lub z pomocą dorosłych podejmie działania prozdrowotne w najróżniejszych sytuacjach życiowych. Promocja zdrowia jest ideą ogólnoswiatową i wdrażanie od najmłodszych lat konkretnych zachowań, nawyków i przyzwyczajzeń zapoczątkuje w dorosłym życiu. Zasada wiązania teorii z praktyką to nowatorstwo mojego opracowania oraz rozszerzenie o nowe metody : arteterapia, bajkoterapia dla dzieci, co wpłynie na wszechstronny rozwój dziecka. W mojej innowacji obowiązuje zasada zintegrowanego oddziaływania pedagogicznego, ponieważ treści będą przekazywane formami zaczerpniętymi z różnych obszarów edukacyjnych.

1. Czas trwania innowacji : 01-09-2015 do 30-06-2016

2. Zakres innowacji:

Działaniem innowacyjnym zostaną objęte dzieci ze szkoły podstawowej.

3. Cele innowacji:

Cel ogólny innowacji:

Promowanie prawidłowego odżywiania się i zdrowego stylu życia oraz kształtowanie właściwych zachowań, umiejętności i nawyków praktycznych: higienicznych, kulinarnych, ogrodniczych, estetyki nakrywania do stołu a także zachęcanie do aktywnego wypoczynku i uprawiania sportów.

Cele szczegółowe:

DZIECKO:

- Rozumie pojęcie "zdrowia"
- Wie, jak dbać o swoje zdrowie i dobre samopoczucie
- Unika niebezpieczeństw zagrażających jego zdrowiu
- Zna i stosuje podstawowe zabiegi higieniczne
- Wie, na czym polega praca lekarza
- Rozróżnia i nazywa przybory higieniczne i zna ich przeznaczenie
- Potrafi samodzielnie się ubrać i dostosować ubiór do pogody i pory roku
- Wie, na czym polega zdrowe odżywianie
- potrafi wymienić produkty spożywcze szkodzące zdrowiu
- Wie jakie znaczenie mają witaminy dla zdrowia człowieka
- Potrafi samodzielnie lub z pomocą nauczyciela wykonać zdrowe potrawy tj. surówki

,soki, kanapki, ciasteczka, sałatki

→ Potrafi estetycznie nakryć do stołu, kulturalnie zjeść posiłek i posługiwać się prawidłowo sztucami

→ Pomaga urządzić i dbać o szkolne sadzonki

→ Zna warzywa hodowane w ogródku

→ Potrafi posiać nasiona warzyw i ziół w klasowych doniczkach

→ Rozumie rolę ruchu w życiu każdego człowieka

→ Aktywnie odpoczywa i zachęca do tego dorosłych

→ Umie współdziałać z dziećmi i dorosłymi

→ Twórczo uczestniczy w zabawach i zajęciach dydaktycznych.

4. Sposoby realizacji:

Celem, jaki sobie postawiłyśmy, tworząc innowację pedagogiczną z zakresu edukacji zdrowotnej było kształtowanie prawidłowych nawyków i postaw prozdrowotnych u naszych wychowanków. Pragniemy, aby dzieci prowadziły zdrowy styl życia-troszczyły się o własne zdrowie, spędzały czas aktywnie na świeżym powietrzu, prawidłowo się odżywiały oraz dbały o swoje bezpieczeństwo. Ważne dla nas było, aby zdobyte w szkole wiadomości i umiejętności przenosiły na grunt domowy. Stworzony przez nas cykl zajęć wychowawczych promujący zdrowy styl życia skierowany jest dla naszych uczniów. Treści programowe zostały ujęte w bloki tematyczne, dla każdego bloku zostały wytyczone umiejętności, które dzieci powinny opanować. Program ma charakter otwarty - jego treści mogą być rozszerzane w zależności od potrzeb i zainteresowań dzieci, a nauczyciel sam decyduje o doborze treści i stopnia opanowania umiejętności.

BLOKI TEMATYCZNE:

1. Aktywność a zdrowie

2. Higiena ciała i umysłu

3. Zdrowe odżywianie

4. Życie bez nałogów

Struktura ma charakter spiralny, co pozwala powracać do treści już zrealizowanych i daje możliwość szerszego uzupełnienia.

5. Spodziewane efekty:

Efektom działań podjętych w czasie realizacji projektu innowacji będzie wzrost zainteresowania dzieci zdrowym odżywianiem, w konsekwencji ukształtowanie czynności samoobsługowych, kulturalnych, nawyków higienicznych i zachowaniu bezpieczeństwa w domu, w szkole oraz w miejscach publicznych.

TEMATYKA ZAJĘĆ

BLOK TEMATYCZNY -- AKTYWNOŚĆ A ZDROWIE

ZAGADNIENIA TEMATYCZNE	UMIEJĘTNOŚCI	UWAGI ORGANIZACYJNE
1. Ruch – jego znaczenie dla zdrowia i dobrego samopoczucia	<ul style="list-style-type: none"> dostrzega rolę ruchu dla zachowania zdrowia dostrzega potrzebę ruchu dla lepszego samopoczucia wie, jak ubrać się zależnie od pogody 	<p>pogadanka</p> <p>konkursy plastyczne</p> <p>film</p>
2. Wpływ czynnego wypoczynku na zdrowie	<ul style="list-style-type: none"> potrafi zaplanować czas wolny z korzyścią dla zdrowia umie dopasować rodzaj wypoczynku do pogody przestrzega zasad gry 	wykorzystanie sprzętu sportowego
3. Zgrabna i sprawna sylwetka	<ul style="list-style-type: none"> preferuje różne formy aktywności ruchowej jest świadomy swoich wad, zalet, pracuje nad sobą zna zasady ruchu drogowego obowiązujące rowerzystów 	Spacery po Żaganiu
4. Eliminujemy wady postawy	<ul style="list-style-type: none"> dba o właściwą postawę ciała kształtuje prawidłową sylwetkę i eliminuje wady postawy charakteryzuje się właściwą postawą w stosunku do osób niepełnosprawnych 	projekcja filmu - wady postawy

BLOK TEMATYCZNY - HIGIENA CIAŁA I UMYŚLU

ZAGADNIENIA TEMATYCZNE	UMIEJĘTNOŚCI	UWAGI ORGANIZACYJNE
1. Higiena osobista – higiena ciała, jamy ustnej, włosów, bielizny, odzieży	<ul style="list-style-type: none"> wykazuje teoretyczną znajomość zachowań zdrowotnych zna swoje ciało, dba o higienę dba o estetykę i zdrowe zęby potrafi dobrać odzież i obuwie do warunków pogodowych 	<p>Pogadanka</p> <p>Prezentacje „Higiena osobista”</p>
2. Choroby brudnych rąk – jak ich unikać?	<ul style="list-style-type: none"> potrafi wykorzystać zasady higieny spożywania posiłków dostrzega przyczyny i skutki niewłaściwych zachowań higienicznych 	projekcja filmu
3. Dobry rytm pracy i wypoczynku	<ul style="list-style-type: none"> potrafi racjonalnie i higienicznie zaplanować rozkład zajęć w ciągu dnia dostrzega szkodliwość długiego przesiadywania 	<p>Prezentacje „dobry wypoczynek”</p> <p>Konkurs plastyczny</p>

	<p>przed telewizorem i komputerem</p> <ul style="list-style-type: none"> • unika konfliktów , agresji 	
--	--	--

BLOK TEMATYCZNY – ZDROWE ODŻYWIANIE

ZAGADNIENIA TEMATYCZNE	UMIEJĘTNOŚCI	UWAGI ORGANIZACYJNE
1. Wpływ odżywiania na zdrowie człowieka	<ul style="list-style-type: none"> • potrafi dobrać pokarm do swoich potrzeb • wie, jakie są skutki niedożywienia i nieprawidłowego odżywiania • zna produkty szkodliwe dla zdrowia i unika ich 	<p>Pogadanki Filmy Prezentacje</p>
2. Przygotowanie zdrowych posiłków- degustacja zdrowej żywności	<ul style="list-style-type: none"> • wie jak higienicznie przygotować i spożyć posiłek • propaguje zdrową żywność • zna elementarne zasady zachowania się w czasie spożywania posiłku • potrafi dzielić się z innymi 	<p>konkurs „Zdrowo się odżywiaj” Przygotowywanie posiłków</p>
3. Zdrowo się odżywiam - nie choruję	<ul style="list-style-type: none"> • zna zasady racjonalnego odżywiania • potrafi wybrać właściwe produkty odżywcze w zależności od aktywności 	<p>zorganizowanie wystawki szkolnej wytworów prac plastycznych</p>
4. Co wiem o witaminach? Zgaduj – zgadula	<ul style="list-style-type: none"> • dostrzega potrzebę spożywania witamin • posiada podstawową wiedzę na temat witamin • umie współpracować w zespole • dostrzega rolę owoców i warzyw w codziennym odżywianiu 	<p>Przygotowywanie posiłków Konkurs plastyczny Prezentacje Przygotowywanie ogródka szkolnego</p>

BLOK TEMATYCZNY – ŻYCIE BEZ NAŁOGÓW

ZAGADNIENIA TEMATYCZNE	UMIEJĘTNOŚCI	UWAGI ORGANIZACYJNE
1. Dlaczego ludzie palą papierosy ? Co zrobić , aby w przyszłości nie palić?	<ul style="list-style-type: none"> • zna zagrożenia wynikające z palenia papierosów • rozróżnia pojęcia palacz czynny i bierny • potrafi dostrzec pozytywny obraz osoby , rodziny bez nałogów 	<p>projekcja filmu wykonanie plakatów - antyreklama wyrobów tytoniowych</p>

<p>2. My i alkohol . Dokonywanie wyboru</p>	<ul style="list-style-type: none"> • dostrzega zagrożenia płynące ze spożywania alkoholu • wykazuje postawę asertywną • potrafi wykazać właściwą postawę w stosunku do dzieci alkoholików 	<p>projekcja filmu</p>
<p>3. Świat byłby dużo lepszy bez środków uzależniających</p> <p>Narkotykom - NIE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • zna elementarne wiadomości na temat narkotyków • propaguje styl życia bez uzależnień i nałogów • umie zachować się asertywnie w sytuacji zetknięcia się z narkotykiem • nie ulega wpływom osób uzależnionych od różnych używek 	<p>Konkurs plastyczny Prezentacje Pogadanka</p>