



„NASZE ZDROWIE W NASZYCH RĘKACH”

(edukacja zdrowotna)

opracowanie innowacji programowo - organizacyjnej

*opracowała:
Sylwia Piotrowska*

1. WSTĘP

Inspiracją do opracowania innowacji pt. „Nasze zdrowie w naszych rękach” stała się dla mnie przede wszystkim obserwacja dość dużej liczby dzieci, które odżywiają się w nieprawidłowy sposób; między innymi piją gazowane napoje czy zajadają się takimi przysmakami jak chipsy i słodkie ciastka. Chciałabym, aby poprzez działania innowacyjne dzieci rozwijały i kształtowały zachowania prozdrowotne, dbały o siebie i swoją kondycję fizyczną.

2. ADRESACI PROGRAMU

Uczestnicy:

- corocznie uczniowie klasy I szkoły podstawowej.

Wykonawca:

- pani Sylwia Piotrowska – nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej.

3. ROZMIAR PRZESTZRENNY

Miejsca realizacji:

- szkoła (sala gimnastyczna, sale lekcyjne, biblioteka szkolna), okolice szkoły: las, łąka, ewentualne miejsca docelowych wyjazdów, wyjść.

4. ROMIAR CZASOWY

Innowacja będzie realizowana corocznie od września do czerwca danego roku szkolnego (począwszy od 2023/2024) na zajęciach dodatkowych „W zdrowym ciele, zdrowy duch) oraz poprzez udział w różnych akcjach, programach, warsztatach, wyjazdach, konkursach związanych z edukacją zdrowotną itp.)

5. CELE

a) Ogólne:

- podniesienie jakości działań podejmowanych na rzecz zdrowia dzieci,
- pomoc dzieciom w kształtowaniu zachowań i postaw „prozdrowotnych”,
- przekazanie i utrwalenie zasad zdrowego stylu życia,
- ukazanie dziecku wartości zdrowia jako potencjału, którym dysponuje,
- wzmocnienie u dzieci wiary we własne możliwości,

- opanowywanie nowych metod pracy z dziećmi,
- doskonalenie umiejętności wychowawczych.

b) Szczegóły:

- uzupełnienie i wzbogacenie wiedzy o zdrowiu wśród dzieci, jego wartości oraz o zagrożeniach dla zdrowia,
- ukazanie możliwości w działaniach na rzecz zdrowia i niwelowanie stanów zagrażających temu zdrowiu,
- przedstawienie możliwości zmian w otoczeniu dziecka tak, by stało się ono otoczeniem zdrowszym,
- przekazanie wzorców „zdrowego życia”,
- zapoznanie ze sposobami zachowania i umacniania, a także poprawy zdrowia.

6. SPOSÓB REALIZACJI: METODY, FORMY REALIZACJI

Metody: pogładowa, słowna, praktycznego działania, podająca, współpracy, pogadanki.

Formy realizacji: burza mózgów, pogadanki, gry edukacyjne online, prelekcje, konkursy, wyjazdy, udział w akcjach, oglądanie filmów edukacyjnych, czytanie książek, warsztaty.

7. PLANOWANY ZAKRES TREŚCI i HARMONOGRAM DZIAŁAŃ

L.p.	Zadanie do realizacji	Sposób realizacji	Osoby odpowiedzialne	Uwagi
1	Zajęcia dodatkowe rozwijające zdolności i umiejętności „W zdrowym ciele zdrowy duch”	Zajęcia edukacyjne w klasie, na sali gimnastycznej, na świeżym powietrzu	Sylwia Piotrowska	
2	„Dbamy o nasze zdrowie”	Zajęcia warsztatowe na świeżym powietrzu i stołówce szkolnej	Sylwia Piotrowska	
3	Poznanie piosenek o zdrowiu	Zajęcia z edukacji muzycznej lub podczas innych spotkań, np. „Witaminki”, „Zdrowe żywienie”.	Sylwia Piotrowska	
4	Konkurs plastyczny	Udział w konkursie plastycznym dotyczącym zdrowego odżywiania	Sylwia Piotrowska	

5	Konkurs recytatorski	Udział w konkursie recytatorskim dotyczącym zdrowego odżywiania	Sylwia Piotrowska	
6	Spotkanie z paniami prowadzącymi zajęcia taneczne np. ZUMBA	Zajęcia taneczne	Tancerki	
	Dzień Zdrowego Śniadania	Organizacja Dnia Zdrowego Śniadania (zajęcia tematyczne, warsztaty przygotowania posiłków, degustacja)	Sylwia Piotrowska	
	Filmy edukacyjne dla dzieci	Oglądanie edukacyjnych filmów dla dzieci, "Zuzka i piramida żywienia", „Zbilansowana dieta dziecka” itp.	Sylwia Piotrowska	
	Spotkanie z paniami higienistkami z MEDICUS CLNIC z Sierakowic	Zajęcia tematyczne dotyczące prawidłowego dbania o zęby	Pracownicy MEDICUS CLINIC	
	Spotkanie z dietetykiem	Zajęcia tematyczne dotyczące prawidłowego odżywiania się	Dietetyk	
	Wycieczka do gospodarstwa agroturystycznego z uprawą ekologicznych produktów lub Costerina Parku w Kościerzynie	Wyjazd do Kościerzyny lub Kiełpina -gospodarstwa agroturystycznego	Sylwia Piotrowska	
	Udział w programie <i>Zdrowo jem, więcej wiem</i>	Zajęcia tematyczne w ramach programu	Sylwia Piotrowska	
	Warsztaty z nauczycielem szkoły ponadpodstawowej	Przygotowanie przez dzieci zdrowych soków i koktajli	Pani Iwona Tesmer	

8. OCZEKIWANE EFEKTY

- a) Przyrost wiadomości z zakresu dbania o w własne zdrowie i zdrowie innych.
- b) Budzenie od najmłodszych lat nawyku zdrowego odżywiania.
- c) Poznanie działań na rzecz zdrowia i branie w nich udziału.
- d) Poznanie znaczenia witamin w poszczególnych produktach.
- e) Zdobycie nowych doświadczeń w czasie konkursów.
- f) Rozwijanie umiejętności pracy w zespole.
- g) Właściwe zachowywanie się w czasie spotkań z osobami „z zewnątrz”.

9. ŚRODKI, MATERIAŁY, SPRZĘT

Sale lekcyjne, sala gimnastyczna, zasoby biblioteki, tablica multimedialna, laptop, gry planszowe, produkty spożywcze.

10. SPRZYMIERZEŃCY

Nauczyciele, dyrektor szkoły, rodzice i inne placówki, które będą mogły (zgodzą się) współpracować.

11. SPOSOBY OCENY

Sposoby oceny wykonanych zadań będą dokonywane poprzez pozytywne zmiany wychowawcze, opinie uczniów, rodziców, nauczycieli lub innych osób, otrzymanie stosownych zaświadczeń za udział w akcjach, konkursy i osiągnięcia w nich.

12. EWALUACJA

Ewaluacja będzie przeprowadzona zawsze w czerwcu danego roku szkolnego wśród uczniów kl. I poprzez udział w krótkim teście wiedzy z edukacji zdrowotnej nabytej w trakcie trwania innowacji oraz udział w prostej ankiecie dotyczącej działań innowacyjnych.

13. BIBLIOGRAFIA

- materiał szkoleniowy w postaci książeczki przygotowanej przez Instytut Kształcenia Eko-Tur z Warszawy pt. „Realizacja innowacji i eksperymentów, programów własnych oraz projektów edukacyjnych jako integralny element działalności szkoły”,
- strona internetowa www.ore.pl ,
- strona internetowa www.portaloświatowy.pl,
- strona internetowa www.kuratorium.gda.pl ,
- Ustawa z 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe

.....
(podpis nauczyciela)