

Program innowacyjny

**Świetlice Szkolnej w Szkole Podstawowej
Integracyjnej nr 135 ul. Przemyska 5 Warszawa**

**JESTEM ZDROWY JAK RYBA, BO
JESTEM AKTYWNY I JEM OWOCE I
WARZYWA**

Opracowanie i realizacja: Magdalena Słobodzin -Wald

Edukacja poprzez poznanie znaczenia ruchu i prawidłowych nawyków żywieniowych w życiu człowieka ma na celu wszechstronny rozwój harmonijnej, zintegrowanej i silnej osobowości ucznia. W czasach, gdy zauważany jest spadek sprawności fizycznej dzieci i ich skłonności do chorób cywilizacyjnych (nadwaga, otyłość, wady postawy), priorytetem powinno być ich zdrowie i kondycja psychofizyczna. Pozostaje to w zgodzie z tendencjami we współczesnej oświacie, która kładzie nacisk na wyposażenie uczniów nie tylko w wiedzę, ale w zasób umiejętności praktycznych.

Innowacja pedagogiczna została przygotowana zgodnie z podstawą programową kształcenia ogólnego dla szkół podstawowych I etapu edukacyjnego.

Ważnym zadaniem szkoły podstawowej jest także edukacja zdrowotna, której celem jest kształtowanie u uczniów nawyku dbałości o zdrowie własne i innych ludzi oraz umiejętności tworzenia środowiska sprzyjającego zdrowiu.

I. Identyfikacja problemu

Na podstawie wywiadu przeprowadzonego wśród uczniów (preferowana aktywność w czasie wolnym), obserwacji zachowań i nawyków żywieniowych uczniów klas 1-3 szkoły podstawowej stwierdzono, że:

1. Większość uczniów na podwieczorek preferuje słodkie zamiast owoców i warzyw.
2. Wielu uczniów czas wolny spędza przy komputerze.
3. Nie wszyscy uczniowie preferują aktywny wypoczynek w szkole i w domu.
4. Nie wszyscy uczniowie zaopatrywani są przez rodziców w owoce lub warzywa.
5. Nie wszyscy uczniowie nauczeni są spożywania owoców i warzyw.
6. Nie wszyscy uczniowie stymulowani są do aktywności fizycznej, pomimo ich wiedzy o dobroczynnym wpływie owoców, warzyw i ruchu na zdrowie człowieka.
7. Wielu rodziców bagatelizuje aktywność fizyczną swojego dziecka w szkole i w domu.

II. Diagnoza środowiska szkolnego (klasy 1-3)

1. Przeprowadzenie diagnozy przez powołany zespół nauczycieli świetlicy szkolnej:
 - wywiady, rozmowy z uczniami, nauczycielami, rodzicami
 - obserwacja zachowań uczniów,
 - wywiad z lekarzem i pielęgniarką szkolną
2. Analiza wyników diagnozy potwierdza wstępnie założone obszary do pracy w naszej szkole, dotyczące zwiększenia aktywności fizycznej uczniów oraz zmiany ich nawyków żywieniowych.

3. Współpraca w realizacji ww. obszarów z osobami wspierającymi działania szkoły:

lekarzem i pielęgniarką szkolną,

- nauczycielami wychowania fizycznego
- wychowawcami klas 1-3
- rodzicami uczniów, którzy preferują czynne spędzanie wolnego czasu.

II. Cele i efekty innowacji pedagogicznej

Cel główny:

Innowacja pedagogiczna „Jestem zdrowy jak ryba, bo jestem aktywny i jem owoce i warzywa” ma na celu przygotowanie ucznia do czynnego udziału w działaniach szkoły oraz wyrobienie trwałego nawyku zdrowego i aktywnego spędzania wolnego czasu. Zajęcia prowadzone w ramach innowacji powinny być procesem uświadamiania znaczącej roli samego ucznia w nabywaniu, kształtowaniu i wykorzystywaniu zdobytej wiedzy. Częsta obecność rodziców na zajęciach w ramach innowacji pedagogicznej wpłynie na proces zmiany nawyków żywieniowych w domu oraz na formy spędzania wolnego czasu z rodziną.

Cele szczegółowe:

- Wyrobienie przekonania o potrzebie aktywności ruchowej w życiu codziennym rekreacyjnej, zdrowotnej, sportowej.
- Uświadomienie potrzeby dbałości o swoje zdrowie, kondycję i odporność.
- Przekazanie takiego zasobu wiedzy i umiejętności, który umożliwi uczniom racjonalny dobór środków do wszechstronnego rozwoju fizycznego.
- Rozwijanie wiedzy o najbliższym środowisku przyrodniczym.
- Rozwijanie i poszerzanie wiedzy o ochronie środowiska przyrodniczego.
- Uświadomienie potrzeby dbałości o prawidłową postawę ciała.
- Wyrobienie przekonania o dobroczynnym wpływie owoców i warzyw na stan ogólny i kondycję psychoruchową organizmu.
- Kształtowanie pożądanых postaw osobowościowych.
- Kształtowanie pożądanых postaw prozdrowotnych wśród rodziców
- Integracja społeczności świetlicowej.

Efekty działań innowacyjnych:

Uczeń:

- aktywnie uczestniczy w różnorodnych formach aktywności fizycznej zorganizowanej przez nauczyciela lub wg własnych pomysłów,
- bierze udział w spotkaniach z ludźmi preferującymi aktywny styl życia,
- prawidłowo korzysta ze sprzętu sportowego i przyborów gimnastycznych,
- ubiera się adekwatnie do warunków atmosferycznych,
- szanuje otaczającą zielen, korzysta z miejsc wyznaczonych do zabawy,
- zna podstawowe prawa fizyki,
- przyjmuje prawidłową postawę ciała podczas siedzenia w ławce, siedzenia na dywanie, chodzenia i innych czynności,
- uczestniczy w ćwiczeniach korygujących wady postawy
- spożywa warzywa lub owoce podczas pobytu w świetlicy
- przestrzega zasad "fair play" i pomaga uczniom słabszym, zgodnie współdziała w zespole,
- lubi spędzać czas wolny aktywnie z rodziną

IV. Czas, miejsce, zakres i sposób realizacji programu innowacyjnego

Czas i miejsce realizacji programu innowacyjnego:

- przeprowadzanie diagnozy i opracowanie harmonogramu pracy zespołu doraźnego.
- przedstawienie programu innowacyjnego Radzie Pedagogicznej i podjęcie uchwały zatwierdzającej ten program do realizacji w roku szkolnym 2019/2020
- termin realizacji programu innowacyjnego: październik 2019r. – maj 2020r., - innowacja będzie realizowana w sali świetlicowej, na korytarzu szkolnym (wykorzystanie tablicy interaktywnej) oraz na pobliskich boiskach osiedlowych i terenach zielonych.

Zakres innowacji:

- innowacją zostaną objęci uczniowie klas 1-3 korzystający ze świetlicy szkolnej,
- zajęcia prowadzone będą w ramach programu świetlicy szkolnej,
- zasadnicza część działań będzie realizowana w systemie odrębnych zajęć,
- do realizacji i przebiegu programu wdrożeni zostaną specjaliści i inne osoby: policjant, lekarz i pielęgniarka szkolna, stomatolog, farmaceuta, nauczyciele wychowania fizycznego, wychowawcy klas 1-3, rodzice uczniów, którzy preferują czynne spędzanie wolnego czasu,

- rekomendowana jest integracja treści innowacji z treściami prozdrowotnymi podczas zajęć obowiązkowych,
- planowane jest wytworzenie w szkole atmosfery sprzyjającej zdrowiu i zdrowemu odżywianiu się.

Sposób realizacji programu innowacyjnego:

- w październiku 2015 odbędą się spotkania nauczycieli świetlicy z wychowawcami klas 1-3 i nauczycielami wychowania fizycznego w celu przygotowania i omówienia form współpracy,
- innowacja będzie realizowana:
 - a. codziennie - spacer i zabawy na świeżym powietrzu, w zależności od warunków atmosferycznych
 - b. 3 razy w miesiącu w świetlicy szkolnej - zajęcia edukacyjne, - innowacja wymaga nakładu dodatkowych środków finansowych na zakup potrzebnych materiałów plastycznych, sprzętu sportowego, produktów żywnościowych i nagród dla finalistów konkursu: ok. 100 zł/miesiąc (wg załącznika nr 2)

V. Metody i formy pracy

Praca z uczniami odbywać się będzie przede wszystkim podczas zajęć świetlicowych. Innowacja realizowana będzie poprzez metody aktywizujące:

- integracyjne – zabawy integrujące grupę (pedagogika zabawy)
- ,• definiowania pojęć - analizowanie, definiowanie, elementy dyskusji, wyrażanie własnej opinii oraz przyjmowanie rozumienia różnych punktów widzenia. Uczniowie wypracowują wspólne rozwiązania, wykorzystując nie tylko własne doświadczenia, ale i innych (spotkania z lekarzem, pielęgniarkami szkolnymi, nauczycielami wychowania fizycznego, wychowawcami klas 1-3, rodzicami uczniów),
- współpracy - umiejętność współpracy oraz zdolność do akceptacji różnic pomiędzy ludźmi, rozwijające twórcze myślenie - myślenia niekonwencjonalnego,
- gry dydaktyczne,
- zabawy ruchowe: zabawy kształtujące zachowania i nawyki żywieniowe, zawody sportowe, spacer i wycieczki,
- konkursy (czystości, plastyczne, literackie),
- gimnastykę korekcyjną,
- doświadczenia i eksperymenty fizyczno - chemiczne, obserwacje przyrodnicze,
- formy plastyczne: gazetki tematyczne, plakaty, wystawy prac uczniów.

VI. Program działań innowacyjnych

W ramach innowacji pedagogicznej „Jestem zdrowy jak ryba, bo jestem aktywny i jem owoce i warzywa” został opracowany przykładowy program działań opiekuńczych, wychowawczych i dydaktycznych – załącznik nr 2.

VII. Ewaluacja innowacji pedagogicznej

Ewaluacja innowacji pedagogicznej odbędzie się w maju 2020 roku i obejmować będzie:

- obserwację zachowań uczniów,
- opinie rodziców,
- opinie nauczycieli.

Narzędzia ewaluacji:

- wywiady (uczniowie, rodzice, nauczyciele)

Program innowacyjny ma charakter otwarty i może podlegać modyfikacji.

Załącznik nr 2

Innowacja pedagogiczna „Jestem zdrowy jak ryba, bo jestem aktywny i jem owoce i warzywa”.

Propozycje gier i zabaw zespołowych.

ZABAWY EKOLOGICZNO – BADAWCZE /propozycje/

Z WIATREM:

1. Kto poruszył chusteczki, wiatraki, paski krepiny.
2. Skąd wieje wiatr, skąd się bierze wiatr.
3. Wiatrowa muzyka: gra na balonach, plastikowych rurkach, kawałkach celofanu
4. Baloniki.

Z PIASKIEM, GLEBĄ:

1. Porównywanie próbek gleb z różnych miejsc: /głina, piasek, próchnica/, dotykane, oglądanie przez lupę, przesiewanie przez sitko.
2. Komu potrzebna jest gleba / zwierzęta – dom, kopaliny – człowiekowi/
3. Konstrukcyjne w piaskownicy z wykorzystaniem materiału przyrodniczego, badanie właściwości piasku mokrego i suchego.
4. Obserwowanie zmiany konsystencji gleby w zależności od temperatury /gruda, błoto/.

Z WODĄ:

1. Czy woda jest czysta, zbieranie deszczówki, porównywanie z wodą pitną
2. .2. Skraplanie, parowanie, zamarzanie /"kolorowe szybki"/.
3. 3. Czy śnieg jest czysty?
4. .4 Oglądanie przez szkło powiększające płatków śniegu.
5. Topnienie lodu, śniegu.

Z ROŚLINAMI:

1. Lot skrzydlaków klonu, lipy, nasion mniszka lekarskiego.
2. Suszenie liści, kwiatów, tworzenie kompozycji i bukietów.
3. Oglądanie roślin / ich części składowych/ i drobnych owadów przez lupę.
4. Tworzenie odbitek kory drzew liściastych i iglastych na kalce technicznej kredką świecową./różnice w rysunku/.
5. „Poszukaj wśród drzew swojego przyjaciela” - każde dziecko wybiera sobie drzewo ..5 Zapoznaje się z nim za pomocą dotyku, węchu i wzroku (przytula się, obejmuje, wącha korę, przygląda się gałązkom i pąkom. Zwraca uwagę na barwy, odszukuje takich samych kolorów na własnym ubraniu (wypowiedzi dzieci). Do obserwacji można wykorzystać lupę.
- 6.. „Co mówi moje drzewo?” – każde dziecko zapoznaje się z drzewem za pomocą słuchu.

Przykłada do pnia najpierw ucho, a potem rolkę po papierze toaletowym (wypowiedzi dzieci).
- 7 „Spacer z lusterkiem” – zabawa badawcza: proponujemy dzieciom, aby obeszły swoje drzewo.7 dookoła ze spuszczoną głową, patrząc w lusterko, w którym będzie odbijać się korona drzewa. Pozwoli to dostrzec drzewo z nieznannej dotychczas perspektywy. Później proponujemy, aby powtórzyły okrążenia wokół drzewa z głową zadartą do góry i porównały to, co widzą w obu przypadkach.

GRY I ZABAWY ZESPOŁOWE

z książki „Gry i zabawy rozwijające dla dzieci młodszych. 50 przykładów zajęć do praktycznego wykorzystania” – Jadwiga Andrychowska - Biegacz.

ZABAWY Z WYKORZYSTANIEM SPRZĘTU TERENOWEGO

1. Zjeżdżanie ze zjeżdżalni.
2. Huśtanie na huśtawkach.
3. Chodzenie po równoważni.
4. Wspinanie się na drabinki.
5. Zabawy w piaskownicy, domkach, aucie.
6. Jazda na rowerach, hulajnogach po ścieżkach rowerowych (zasady ruchu drogowego).
7. Rysowanie kredą, kredkami, patykiem (chodnik, piasek, kartka).

ZABAWY Z PRZYBORAMI

z książki „Nowe zabawy i gry sportowe z nietypowymi przyborami - poradnik dla nauczycieli szkół podstawowych” – Elżbieta Biezuńska, Marzena Wierzbicka

ZABAWY ZE ŚPIEWEM

z książki „Wielki śpiewnik dla dzieci i młodzieży” – Wojciech Wojakowski

ĆWICZENIA GIMNASTYCZNE /do wyboru/

z książki „Wychowanie fizyczne poprzez zabawy i gry ruchowe” – M. Bronikowski, R. Śleboda, M. Bronikowska, M. Janowska.

LITERATURA DZIECIĘCA /propozycje/

- Danuta Wawiłow – Wiersze
- Ellen Weiss, Mel Friedman - Sebastian, czyli kot
- Florence and Richard Atwater - Pan Popper i jego pingwiny
- Frances Hodgson Burnett - Mała księżniczka
- Hans Christian Andersen – Baśnie

- Heather Amery - Mity greckie dla najmłodszych
- Hugh Lofting - seria o Doktorze Dolittle
- Jan Brzechwa - Pchła Szachrajka; Szelmostwa Lisa Witalisa
- Jan Whybrow - Księga straszliwej niegrzeczności
- Joanna Krzyżanek - Jan Paweł II, czyli jak Karolek został papieżem
- Julia Daszyńska - Cudaczek Wyśmiewaczek
- Kornel Makuszyński - Przygody Koziołka Matołka
- Ludwik Jerzy Kern – Wiersze
- Wanda Chotomska - Wiersze
- Oliver Twist; Opowieść wigilijna