

Innowacje pedagogiczne realizowane w Publicznej Szkole Podstawowej nr3 im. Lotników Polskich w Świdwinie w roku szkolnym 2022/2023

1. „Klasa na widelcu” autor p. Martyna Król
2. „Moja klasa na medal” autor p. Marta Jakubik
3. „Kreatywne przerwy autor p. Julita Berkowska

Wszystkie trzy innowacje zostały zaopiniowane pozytywnie na posiedzeniu Rady pedagogicznej w dniu dn. 30 sierpnia 2022r. i przyjęte do realizacji w roku szkol.2022/2023.

( Uchwała: Nr 10/2022/2023, Nr 11/2022/2023, Nr 12/2022/2023 )

## INNOWACJA PEDAGOGICZNA

# "Klasa na widelcu"

**Autor: mgr Martyna Król**

### **Idea innowacji**

Nie od dziś wiadomo, że żywienie w okresie dzieciństwa w dużym stopniu wpływa również na stan zdrowia w dorosłym życiu. Jeżeli dzieci mają się prawidłowo rozwijać i cieszyć dobrym zdrowiem do późnej starości, powinno się nie tylko zadbać o jakość diety w okresie rozwoju, ale także zaszczepić w uczniach zdrowe nawyki na całe życie. Innowacja "Klasa na widelcu" powstała, aby pomóc w realizacji tego ważnego zadania.

Codziennie spożywanie zbilansowanych i jednocześnie smacznych posiłków, jedzenie w przyjaznej atmosferze i o regularnych porach kształtuje w dzieciach prawidłowe zwyczaje żywieniowe na całe życie. Badania potwierdzają również, że wspólne gotowanie może korzystnie wpływać na poprawę czynników psychospołecznych, w tym preferencji, nawyków i zachowań żywieniowych. Gotowanie razem w szkole i w domu daje dużo radości, ale też wpływać może pozytywnie na zmianę nawyków żywieniowych i dlatego do odkrywania świata jedzenia poprzez praktykę zachęca innowacja "Klasa na Widelcu".

### **Zakres innowacji**

Innowacja "Klasa na widelcu" ma charakter programowo - organizacyjny. Będzie polegała na rozszerzeniu treści programowych zawartych w podstawie programowej, jak i w wybranym i realizowanym w danym roku szkolnym programie nauczania.

### **Adresaci innowacji**

Innowacja realizowana będzie w klasie 2.

### **Okres trwania innowacji**

Innowacja będzie realizowana podczas zajęć edukacyjnych 1 raz w miesiącu w roku szkolnym 2022/2023.

### **Założenia innowacji**

Edukacja żywieniowo-kulinarna to połączenie przekazywania wiedzy teoretycznej dotyczącej zasad zdrowego odżywiania, sposobu komponowania diety, wiedzy dotyczącej tego w jaki sposób mądrze robić zakupy, ale i tego jak jedzenie wpływa na nasz organizm z praktycznymi zajęciami, dzięki którym uczniowie zdobywają praktyczne umiejętności takie jak krojenie, siekanie, poznają sprzęty kuchenne, uczą się zasad higieny i pracy w kuchni.

**„Powiedz mi, a zapomnę, pokaż mi, a zapamiętam, pozwól mi zrobić, a zrozumiem.”**

Im częściej coś ćwiczymy, tym lepiej się z tym czujemy. Tak samo jest z gotowaniem. Warto nauczyć dzieci przyrządzać nawet najprostsze posiłki i odkrywać z nimi ciekawy i zaskakujący świat smaków, tekstur, zapachów. Jeśli tego nie zrobimy, jest większe ryzyko, że potem będą wybierały to, co najłatwiejsze do przygotowania – sos ze słoika, hot doga z osiedlowego sklepu i pizzę z zamrażarki.

Wspólne gotowanie z dziećmi niesie wiele korzyści:

- uruchamia wszystkie zmysły,
- przełamuje barierę w kontakcie z tym, co nowe,
- może kształtować prawidłowe nawyki żywieniowe,
- rozwija sprawność manualną,
- uczy odpowiedzialności i współpracy,
- daje poczucie sprawczości,
- wyrabia nawyk przestrzegania zasad higieny.

Udział w zajęciach pozwoli dzieciom rozwinąć zainteresowania kulinarne, nauczy organizacji pracy w kuchni, odróżniania zdrowego i niezdrowego odżywiania oraz zachowania higieny podczas przyrządzania posiłków. Zdobyte umiejętności będą mogły wykorzystać w życiu codziennym. Jest to czas na brudzenie rąk, waczenie przypraw, testowanie nowych smaków oraz opowiadanie o jedzeniu. Realizując te zajęcia dzieci usprawniają motorykę małą ćwiczą manualnie: krojenie, wygniatanie, mieszanie, smarowanie itd. Dzieci kształcą umiejętność współpracy w grupie, czerpią radość

z

przygotowywania wspólnych posiłków, a samodzielnie przygotowane potrawy są dla dzieci bardzo atrakcyjne co sprawia im wiele radości i zachęca do konsumpcji.

Nowatorski charakter innowacji polega na zintegrowaniu działań z zakresu rozwijania kreatywności, uspołeczniania, poprawie funkcjonowania osobistego i społecznego, w szerokim tego słowa znaczeniu. Prowadzi do nabycia nowych kompetencji i stanowi element aktywizacji zawodowej uczniów. Poszerza wiedzę uczniów o otaczającym ich świecie.

### **Cele innowacji**

#### **Cele ogólne:**

- edukacja w zakresie prawidłowego i świadomego żywienia,
- zachęcanie najmłodszych do gotowania.

#### **Cele szczegółowe:**

- poszerzenie oferty edukacyjnej szkoły,
- wspieranie wszechstronnego rozwoju dziecka,
- stwarzanie dziecku możliwości do działania kulinarnego,
- rozwijanie praktycznych umiejętności kulinarnych wśród dzieci,
- zapoznanie dzieci z zasadami zdrowego odżywiania się,
- zapoznanie dzieci z prostymi przepisami kulinarnymi,
- doskonalenie umiejętności związanych z samoobsługą,
- doskonalenie zasad nakrywania do stołu,
- wdrażanie do kulturalnego spożywania posiłków,
- zapoznanie z zasadami bezpiecznego korzystania ze sprzętu AGD oraz zapoznanie z różnymi naczyniami i przyborami kuchennymi,
- doskonalenie umiejętności posługiwania się prostymi narzędziami kuchennymi,
- doskonalenie sprawności manualnej,
- rozwijanie myślenia przyczynowo - skutkowego,
- rozwijanie percepcji słuchowej, wzrokowej, dotykowej,
- rozwijanie koordynacji wzrokowo - ruchowej,
- rozwijanie i doskonalenie zmysłu smaku i zapachu,
- wypracowanie umiejętności koncentracji uwagi na zadaniu,
- nabywanie umiejętności planowania organizowania swoich działań,
- wdrażanie do zgodnej współpracy i wzajemnej pomocy,
- czerpanie radości ze wspólnego przygotowania posiłku.

### **Procedury osiągnięcia celów**

Zastosowane metody i formy pracy mają w jak największym stopniu rozwijać indywidualne zdolności kulinarne, zainteresowania dzieci zdrowym odżywianiem, stworzyć atmosferę akceptacji, zaufania, pozwolić na osiągnięcie sukcesu motywującego do dalszych działań.

W innowacji będą dominowały następujące metody i formy pracy:

**Metody czynne:**

- zajęć praktycznych - wykonywanie przez uczniów różnych zadań o charakterze praktycznym, powtarzanie wiedzy z danego zakresu,
- kierowanie działalnością dziecka poprzez inspirowanie, zachęcanie, podsuniecie pomysłu do samodzielnych działań,
- samodzielne doświadczenia poprzez spontaniczną działalność.

**Metody percepcyjne:**

- obserwacja,
- pokaz - filmy,
- podanie przykładu.

**Metody słowne:**

- wykład,
- pogadanka,
- objaśnienia,
- instrukcja,
- „burza mózgów”.

**Formy:**

- indywidualna,
- w parach,
- w małych zespołach,
- praca z całą grupą.

**Przewidywane efekty działania innowacyjnego:**

- wzrost zainteresowania uczniów zdrowym odżywianiem, ukształtowanie czynności samoobsługowych, kulturalnych, nawyków higienicznych i savoir-vivre (zasada nakrywania, podawania do stołu i jedzenia oraz picia),
- ukształtowanie nawyków kulturalnych podczas spożywania posiłków,
- ukształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych,
- zdobycie przez uczniów wiedzy teoretycznej i praktycznej na temat odżywiania się,
- pogłębienie wśród uczniów wiedzy o warzywach, owocach, produktach bogatych w witaminy i potrzebie ich spożywania, a ograniczania produktów niezdrowych dla organizmu oraz propagowanie zdobytej wiedzy w życiu codziennym,
- wspieranie ciekawości, aktywności i samodzielności a także kształtowanie ich wiadomości i umiejętności praktycznych,
- utrwalenie zasad higieny spożywania posiłków,
- rozwój umiejętności społecznych dzieci w relacjach z rówieśnikami ( nauka współpracy, podział ról i obowiązków, zawieranie umów z dorosłym, podporządkowywanie się regułom),
- poszerzenie dziecięcej wiedzy oraz słownictwa z zakresu potraw i składników

- wykonywanych pokarmów,  
 - korzystny wizerunek szkoły w środowisku, jako placówki promującej zdrowy styl życia i odżywiania się.

#### Narzędzia ewaluacyjne:

- karta samooceny ucznia po każdym zajęciach i na zakończenie,
- ankieta dla rodziców po zakończonym projekcie.

Szczegółowa analiza wyników ankiety oraz kart samooceny uczniów pozwoli ocenić stopień realizacji zamierzonych celów. Działania te pomogą wyciągnąć wnioski, zaplanować pracę i ewentualnie zmodyfikować metody pracy. Podjęta zostanie także decyzja o ewentualnej kontynuacji innowacji w tej grupie. Wszystkie wyniki i uwagi zostaną opracowane w sprawozdaniu końcowym oraz udostępnione dyrektorowi szkoły.

#### Tematyka zajęć

Lp.	Temat	Cele
1.	Dlaczego jedzenie jest ważne?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznanie piramidy żywienia i zasad komponowania posiłków jako niezbędnych czynników prawidłowego rozwoju i zachowania zdrowia.</li> <li>- Zrozumienie potrzeby ograniczania spożycia cukru.</li> <li>- Zrozumienie roli, jaką pełnią składniki mineralne i witaminy.</li> </ul>
2.	Skąd bierze się jedzenie?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznanie podstawowych informacji na temat roślin i ich budowy.</li> <li>- Utrwalenie wiadomości na temat pochodzenia produktów spożywczych oraz zasad, jakimi należy się kierować, kupując je w sklepie.</li> <li>- Poznanie zasad prawidłowego zachowania się przy stole i zasad obowiązujących w restauracji.</li> </ul>
3.	Dlaczego warto umieć gotować, czyli przygoda w kuchni.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Budowanie świadomości żywieniowej i rozwijanie umiejętności kulinarnych.</li> <li>- Poznanie różnych technik przyrządzania potraw oraz zasad bezpieczeństwa w kuchni.</li> </ul>
4.	O smaku, ziołach... i uważnym jedzeniu.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznanie roli poszczególnych zmysłów ze szczególnym uwzględnieniem smaku i zapachu.</li> <li>- Poznanie różnych rodzajów ziół i przyczyn, dla których warto dodawać je do potraw.</li> <li>- Zrozumienie zasadności uważnego spożywania posiłków.</li> </ul>

5.	Cztery pory roku, czyli o sezonowości w kuchni.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zrozumienie przyczyn, dla których warto uwzględnić sezonowość warzyw i owoców podczas przygotowywania posiłków.</li> <li>- Poznanie zalet korzystania z mrożonek i przetworów poza sezonem.</li> </ul>
6.	Śniadanie na szóstkę.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rozwijanie świadomości codziennej potrzeby spożywania śniadania.</li> <li>- Utrwalenie prawidłowych nawyków żywieniowych.</li> <li>- Rozwijanie umiejętności kulinarnych.</li> </ul>
7.	Dlaczego powinniśmy wybierać wodę i dużo się ruszać?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zrozumienie roli, jaką woda pełni w organizmie człowieka.</li> <li>- Poszerzenie wiedzy na temat napojów korzystnych dla naszego organizmu.</li> <li>- Utrwalenie wiadomości na temat znaczenia aktywności fizycznej w życiu człowieka.</li> </ul>
8.	Naleśnikowe szaleństwo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznanie tradycji kulinarnych innych państw.</li> <li>- Zrozumienie charakteru pracy rolnika i młynarza.</li> <li>- Poznanie zasad produkcji mąki.</li> <li>- Zapoznanie dzieci z budową zboża.</li> <li>- Poznanie podstawowych procesów chemicznych zachodzących w kuchni.</li> </ul>
9.	Tłuszcze w diecie.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poznanie terminu składniki pokarmowe oraz mikroelementy i makroelementy.</li> <li>- Usystematyzowanie wiedzy na temat wartości odżywczych warzyw i owoców.</li> <li>- Poznanie właściwości witamin i składników mineralnych.</li> <li>- Zapoznanie uczniów ze źródłami tłuszczu w diecie.</li> <li>- Zapoznanie uczniów z terminem „dieta śródziemnomorska”.</li> <li>- Zapoznanie uczniów z procesem powstawania oliwy.</li> </ul>
10.	Pomidorowa przygoda.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Przypomnienie i utrwalenie informacji na temat wartości odżywczych warzyw i owoców.</li> <li>- Uświadomienie dzieciom, dlaczego należy czytać etykiety oraz wprowadzenie ich w sposób czytania etykiet.</li> <li>- Utrwalenie wiadomości na temat zmysłów.</li> <li>- Zachęcenie dzieci do podejmowania wyzwania próbowania nowych produktów spożywczych.</li> </ul>

11.	Mądre zakupy	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kształtowanie umiejętności planowania i robienia zakupów.</li><li>- Kształtowanie prawidłowych nawyków związanych z gospodarowaniem żywnością - jak mądrze robić zakupy, by nie marnować jedzenia.</li><li>- Zapoznanie uczniów z zasadami prawidłowego przechowywania żywności.</li></ul>
-----	--------------	--

## INNOWACJA PEDAGOGICZNA

### *“Moja klasa na medal”*



**Przygotowała:**

mgr Marta  
Jakubik

**Metryczka innowacji:**

**Nazwa szkoły:** Publiczna Szkoła Podstawowa nr 3 im. Lotników Polskich w Świdwinie

**Adres szkoły:** ul. Szturmowców 1, 78 – 300 Świdwin

**Autor innowacji:** mgr Marta Jakubik

**Tytuł innowacji:** “Moja klasa na medal”

**Data rozpoczęcia innowacji:** 16 września 2022

**Termin zakończenia innowacji:** 9 czerwca 2023

**Rodzaj innowacji:** wychowawczo – organizacyjna

**Adresat innowacji:** uczniowie klasy 4

**Realizacja innowacji:** raz w tygodniu na godzinach wychowawczych / 45 minut

**Działalność:** społeczna

## Opis innowacji

Innowacja “Moja klasa na medal” to integracja uczniów klasy 4 Publicznej Szkoły Podstawowej nr 3 im. Lotników Polskich w Świdwinie. Innowacja ma zachęcać

i motywować uczniów do osiągnięcia dobrego zachowania, odpowiedniego funkcjonowania

w społeczeństwie klasowym/szkolnym oraz przestrzegania zasad i norm społecznych.

Integracja klasy to długi, czasami trudny proces łączenia, scalania grupy uczniów. Aby do tego doszło nauczyciel i jego uczniowie powinni starać się eliminować to, co przeszkadza

w porozumiewaniu się, co powoduje brak zaufania, niemożność akceptowania wspólnych zasad. Wychowawca jako ktoś szczególny może w tym czasie udzielać pomocy, wspierać swoich uczniów i współuczestniczyć w tworzeniu atmosfery bezpieczeństwa i akceptacji.

We współczesnym procesie edukacyjno-wychowawczym przed każdym nauczycielem – wychowawcą postawiony jest wymóg kształtowania prawidłowych relacji między uczniami, ułatwiania im wzajemnego poznania się, zrozumienia indywidualnych różnic poprzez uświadamianie uczniom, że każdy człowiek jest inny i każdy ma prawo być inny.

Należy pokazywać, że nikt nie jest wolny od trudności, ograniczeń i niepowodzeń, ale jednocześnie ma mocne strony. Uczymy także zauważać i doceniać najmniejszy choćby postęp czy sukces. Służą temu wszelkie działania podjęte na rzecz integracji klasy. W czasach rozwiniętej technologii, ekranowych dzieci, wzrastającej obojętności, bardzo potrzebne jest promowanie postaw prospołecznych, koleżeńskich, bezinteresownego współczucia



i życzliwości, zwłaszcza wobec osób borykających się z różnymi problemami i przeszkodami w codziennym funkcjonowaniu.

### **Motywacja do wprowadzenia innowacji**

Jako wychowawca nowej klasy chciałabym, aby atmosfera w klasie była życzliwa i aby każdy z moich uczniów czuł się w niej dobrze. Na pierwszej godzinie wychowawczej poprosiłam uczniów aby odpowiedzieli mi na kartkach na dwa pytania:

- 1. Czy dobrze czujesz się w klasie/ jeśli nie to dlaczego.**
- 2. Co chciałbyś zmienić w klasie.**

Sporo uczniów na pytanie drugie odpowiedziało mi, że chcieliby się zacząć dogadywać, niektórzy wypisali mi kto im dokucza od młodszych klas. W wyborze innowacji pomogła mi również obserwacja całej grupy, którą prowadziłam od poprzedniego roku, realizując w klasie lekcję plastyki. Klasa jest podzielona na mniejsze grupki, chłopcy nie rozmawiają z dziewczynkami, bardzo często słychać zaczepki i wyśmiewanie innych.

Zależy mi, aby stworzyć taką klasę, do której każdy będzie przychodził z uśmiechem.

Moim priorytetem stało się zmotywowanie uczniów do zmiany zachowania, chęci współpracy z wychowawcą i nauczycielami, a przede wszystkim to, by uczniowie klasy 4 zaczęli ze sobą przebywać.

Innowacyjnością tej nagrody jest założenie, że nie ma ona nic wspólnego z wysoką średnią, wzorowym zachowaniem czy wysokimi miejscami w konkursach. Jest wyróżnieniem dla uczniów, którzy wykaże się empatią i wrażliwością w stosunku do rówieśników. Uczniowie na początku roku zostają poinformowani o możliwości zdobywania kuponów ( praca wspólna). Po każdym podsumowaniu minionego miesiąca, ustalamy, czy udało nam się zapracować na ten kupon i na co pracujemy w następnym tygodniu. Aby kupon został zrealizowany, klasa nie może uzyskać więcej niż 3 uwagi, które dotyczą konfliktów klasowych, wyzwisk itp.

Kupony przewidziane na rok szkolny 2022/2023

- kupon na pizzę

- kupon na “popołudnie filmowe w szkole”
- kupon na wycieczkę klasową
- kupon na “słodką” godzinę wychiwawczą
- kupon na “dzień bez pytania” w jednym dniu
- kupon na wyjazd do kina
- kupon na “noc w szkole”
- kupon na zorganizowanie śniadania w szkole
- kupon na wspólną wycieczkę pieszą po okolicy
- kupon na niespodziankę od wychowawcy.

**ZAŁOŻENIE OGÓLNE** programu to wykorzystanie umiejętności integracji i współdziałania grup rówieśniczych, zapoznanie z zabawami i grami integracyjnymi, wdrożenie uważności i pracy metodą obserwacji, a także zachęta i wskazówki do pomocy innym.

**CEL GŁÓWNY:** rozbudzenie w uczniach wrażliwości na dobro i dostrzegania go w codziennych relacjach

**CELE SZCZEGÓŁOWE:**

- naturalne zachowanie w grupie rówieśniczej zgodne z własnym kodeksem etycznym,
- zachęcanie do stawania w obronie słabszych,
- kształtowanie wśród uczniów postaw altruizmu
- przygotowanie uczniów do bezkonfliktowego funkcjonowania w grupie rówieśniczej z poszanowaniem i akceptacją drugiego człowieka,
- zauważenie odrzuconych.
- zachęcanie do wyrażania swoich uczuć i emocji w odpowiedni sposób,
- comiesięczna analiza postępów dzieci

**METODY I FORMY**

podjęcia |,burza mózgów, rozmowy, praca w grupach, zespołach, udział w projektach.

Wychowawca *co tydzień na godzinie wychowawczej lub w zależności od potrzeby realizuje następujące zadania:*

- przypomina uczniom o założeniach programu,
- analizuje postępowanie uczniów (na koniec każdego miesiąca) i na koniec miesiąca wspólnie decydują, czy udało im się uzyskać KUPON
- na bieżąco omawia sytuacje problemowe i podaje przykładowe, poprawne rozwiązania różnych sytuacji,

Działania innowacyjne przewidują osiągnięcie wymiernych korzyści zarówno dla uczniów, jak i dla nauczycieli. Wdrożenie innowacji powinno zaowocować zdobyciem przez uczniów umiejętności współpracy w grupie i bezkonfliktowym dążeniem do rozwiązań, możliwością wspólnego działania w oparciu o wzajemny szacunek i akceptację, wykazaniem się empatią i troską o pełną życzliwości atmosferę w klasie, a przede wszystkim budowaniu dobrych i opartych na zaufaniu relacji rówieśniczych.

Pomocą i przewodnikiem w realizacji innowacji w ciągu roku szkolnego są tematy godzin wychowawczych, opracowane w oparciu o zadania wychowawcze szkoły dla II etapu edukacyjnego.

**Przewidziano realizację następujących tematów:**

- Jak budować dobrą atmosferę w klasie?
- Zgrana klasa, czyli jaka?
- Jak rozwiązywać konflikty?
- Odwaga jest potrzebna, aby obronić słabszych i wyśmiewanych.
- Jak bronić wartości?
- Zараżaj dobrocią.

## Innowacja

1.	Tytuł innowacji: „ Kreatywne przerwy “
2.	Autor innowacji: Julita Berkowska
3.	Rodzaj innowacji: Organizacyjna
4.	Okres realizacji: Rok Szkolny 2022/2023
5.	Adresaci, miejsce: Uczniowie szkoły, działania podczas przerw międzylekcyjnych.
6.	<p>Opis innowacji: Wprowadzeniem innowacji „ Kreatywne przerwy”, jest obserwacja uczniów podczas przerw międzylekcyjnych. Raz w miesiącu uczniowie, zapoznają się z danym działaniem, wzbogacą wiadomości z zakresu różnych dziedzin, a poprzez zabawę spędzą miło czas. Adresatami innowacji są uczniowie Publicznej Szkoły Podstawowej nr 3 im. Lotników Polskich w Świdwinie. Celem działania jest uatrakcyjnienie spędzania wolnego czasu między lekcjami. Rozwijanie i umacnianie postaw nastawionych na aktywne spędzanie czasu wolnego i promowanie dobrych praktyk w tym zakresie poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Uczenie spędzania czasu wolnego poprzez zabawę z rówieśnikami.</li><li>• Aranżacja i wykorzystanie przestrzeni szkolnej do aktywnego spędzania czasu wolnego.</li><li>• Nawiązywanie realnych znajomości i przyjaźni przez uczniów.</li></ul>
7.	<p>Cele do osiągnięcia: 1.Cel główny:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• integracja społeczności uczniowskiej,</li><li>• wdrażanie działań zapobiegających uczniowskiej nudzie,</li><li>• rozwijanie własnej aktywności społecznej,</li><li>• uczenie się kształtowanie więzi z innymi i inicjowania interakcji społecznych.</li></ul>