

INNOWACJA PEDAGOGICZNA

PRZYRODA

Temat innowacji: Zdrowy styl życia

Nazwa szkoły: Publiczna Szkoła Podstawowa nr 1 im. Gabriela Narutowicza w Grójcu

Autor innowacji: Iwona Wiśniewska

Temat: Zdrowy styl życia

Czas trwania: od września 2023 roku do czerwca 2024 roku

Rodzaj innowacji pedagogicznej: programowo – organizacyjna

Osoby objęte działaniami: uczniowie klas 7

Zajęcia edukacyjne objęte innowacją: przyroda

Zakres innowacji:

Adresatami innowacji są uczniowie klas 7 Publicznej Szkoły Podstawowej nr 1 w Grójcu. Czas realizacji innowacji obejmuje 1 rok szkolny. Zajęcia innowacyjne odbywać się będą w ramach pensum tygodniowego nauczyciela, jako 1 godzina lekcyjna raz w tygodniu.

Uzasadnienie potrzeby innowacji:

Inspiracją do opracowania innowacji były spostrzeżenia dotyczące czasów, w których przyszło nam żyć. Szybkie tempo życia, stres dnia codziennego, brak czasu dla siebie i na odpoczynek sprzyja pojawianiu się różnych chorób. Z tych zależności zdają sobie sprawę osoby dojrzałe, niestety czasami już cierpiące na jakieś dolegliwości. Zatem warto jak najwcześniej przekazywać informacje na temat zdrowego stylu życia, ale w sposób przystępny dla uczniów.

Im więcej zmysłów zaangażowanych w proces poznania, tym większa wiedza na dany temat, dlatego realizacja zajęć jest ukierunkowana na rozwój zainteresowań poznawczych uczniów, umiejętności obserwowania środowiska, kształtowanie umiejętności samodzielnego myślenia, wyciąganie logicznych wniosków oraz na rozwiązywanie postawionych problemów.

Cele:

- Kształtowanie zdrowego stylu życia.
- Kształtowanie zainteresowań i uzdolnień uczniów.
- Umiejętność wykorzystywania wiedzy w praktyce.
- Kształtowanie prawidłowych postaw i zachowań prozdrowotnych.
- Wzrost pewności siebie i satysfakcji z pogłębionej wiedzy.
- Zwiększenie świadomości uczniów odnośnie własnego zdrowia i jego ochrony.

Przebieg realizacji (tematy lekcji):

- Jak aktywność fizyczna wpływa na nasz organizm?
- Profilaktyka w przypadku chorób skóry.
- Jak sprawdzać swoje ciało w przypadku czerniaka skóry i innych chorób?
- Zapobieganie wadom postawy.
- Różnica między krzywicą a skrzywieniami kręgosłupa.
- W jakich artykułach spożywczych występują witaminy i jakie są skutki niedoboru?
- Rola węglowodanów, tłuszczów i białek oraz wody w organizmie człowieka.
- Obliczanie własnego wskaźnika masy ciała BMI.
- Układanie odpowiedniej diety uwzględniającej własne zapotrzebowanie energetyczne.
- Obliczenie ilości pobranych kilokalorii w ciągu doby dla osób pracujących w różnych zawodach.
- Odczytywanie etykiet produktów spożywczych.
- Analizowanie tablic dodatków do żywności np. emulgatorów, barwników, konserwantów itp.
- Choroby układu pokarmowego i ich zapobieganie.
- Odczytywanie morfologii krwi.
- Badanie wpływu wysiłku fizycznego na zmiany tętna i ciśnienia krwi.
- Czy cholesterol jest nam potrzebny?
- Kiedy stosować szczepionkę a kiedy surowicę?
- Przyczyny i rodzaje alergii, leczenie.
- Profilaktyka w przypadku chorób układu oddechowego.
- Dlaczego nie opłaca się być nałogowym palaczem?
- Odczytywanie analizy moczu.
- Higiena układu moczowego.
- Rola zmysłów w życiu człowieka.
- Wady i choroby oczu.
- Jak stres wpływa na organizm człowieka?
- Czy trudno wyleczyć się z uzależnienia?
- Choroby układu rozrodczego i ich zapobieganie.

Spodziewane efekty:

- Zwiększenie świadomości uczniów odnośnie własnego zdrowia i konieczności jego ochrony.
- Zwiększenie motywacji uczniów do nauki.
- Uatrakcyjnienie procesu nauczania.
- Przestrzeganie zasad higieny.
- Wzrost pewności siebie i satysfakcji z pogłębiania wiedzy.
- Utrwalenie nawyków dokonywania odpowiednich wyborów dla prawidłowego rozwoju i funkcjonowania organizmu.

Ewaluacja:

W celu uzyskania informacji zwrotnej nauczyciel przeprowadzi:

- ankietę dotyczącą opinii uczniów na temat prowadzonych zajęć,
- rozmowy indywidualne i grupowe z uczniami,
- metodę projektu z układu pokarmowego.

Szczegółowa analiza wyników pozwoli ocenić stopień realizacji zamierzonych celów. Działania te pomogą wyciągnąć wnioski, zaplanować pracę i ewentualnie zmodyfikować metody pracy.

Opracowała:
Iwona Wiśniewska