

KARTA INNOWACJI PEDAGOGICZNEJ

Tytuł/nazwa innowacji: Wybieram zdrowie

Imię i nazwisko autora: Anna Garstka

Imię i nazwisko osób/osoby wdrażających innowację: Nauczyciele edukacji
wczesnoszkolnej

Rodzaj innowacji*: programowa, metodyczna, organizacyjna

Osoby objęte działaniami*: jeden oddział lub grupa uczniów, więcej oddziałów, wszystkie oddziały.

Czas realizacji innowacji: rok szkolny 2022/23 i 2023/24

Zajęcia edukacyjne objęte innowacją*: wybrane zajęcia edukacyjne, wszystkie zajęcia edukacyjne, jeden przedmiot nauczania, więcej przedmiotów nauczania.

Cele innowacji pedagogicznej:

Cele główne innowacji:

- promowanie zdrowego stylu życia, poprzez rozwijanie u uczniów świadomości własnego zdrowia oraz znajomości czynników wpływających na kondycję naszego organizmu
- kształtowanie postaw proekologicznych
- rozwijanie kompetencji kulinarnych
- rozwijanie umiejętności pracy w zespole, umiejętności logicznego myślenia, zadaniowego podejścia do postawionych problemów

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- zna i stosuje podstawowe zabiegi higieniczne
- wie, jaki wpływ na zdrowie ma styl życia
- rozpoznaje produkty i określa ich jakość
- zna piramidę zdrowego żywienia i układu jadłospis
- samodzielnie dokonuje zakupów
- czyta ze zrozumieniem etykiety produktów spożywczych oraz przepisy kulinarne
- odmierza, waży i przelicza wagi produktów
- przygotowuje zdrowe posiłki
- rozumie zasadę zero waste
- zna zasady BHP w pracowni kulinarnej

Efekty innowacji pedagogicznej:

Przewidywane osiągnięcia (korzyści wdrożenia innowacji)

- Uczniowie mają większą świadomość własnego zdrowia, zdobywają wiedzę poprzez praktyczne działanie,
- Dokonują właściwych wyborów podczas zakupów zwracając uwagę na skład produktów
- Segregują odpady, wykorzystują opakowania ekologiczne i nie marnują żywności
- Wykorzystają możliwości jakie daje pracownia kulinarna w szkole
- Uczniowie wzmacniają swoją samoocenę i pogłębiają relacje w grupie
- Uczniowie wprowadzają zasady zdrowego żywienia do własnych domów

Opis innowacji:

I.

Innowacja wychodzi naprzeciw potrzebom konieczności dbania o zdrowie i powstała w odpowiedzi na spostrzeżenia nauczycieli dotyczące nawyków żywieniowych naszych uczniów

Zastosowanie formy warsztatów kulinarnych pozwoli uczniom na swobodę działania, co wpłynie na wzrost ich kreatywności i poczucia sprawstwa

II.

Zakres innowacji: Adresatami innowacji są uczniowie klasy IIIc. Czas realizacji obejmuje rok szkolny 2022/23 oraz rok 2023/24

Zajęcia odbywać się będą w ramach kółka kulinarnego "Akademia zdrowego żywienia", a wdrażający ją nauczyciele klas I-III w ramach własnych zajęć z klasą.

Założenia ogólne: kształtowanie postaw prozdrowotnych i proekologicznych, poprzez rozwijanie umiejętności praktycznych tj.: wybieranie odpowiednich produktów spożywczych, przygotowywanie zdrowych posiłków, kształtowanie postawy zero waste, czyli dbania o naszą planetę

Forma: grupowa, indywidualna

Metody: projektowa, praktycznego działania

III.

Treści zawarte w innowacji podzielone są na trzy bloki tematyczne:

1. Wiem, jak odżywiać się zdrowo
 - poznajemy skutki złego odżywiania
 - analizujemy piramidę zdrowia
 - układamy zdrowy jadłospis
 - poznajemy skład produktów spożywczych
2. Segreguję, nie marnuję
 - zapoznajemy się z rodzajami odpadów
 - wybieramy zdrowe produkty podczas zakupów, wykorzystujemy opakowania ekologiczne
 - poznajemy zasadę zero waste
 - rozumiemy zależność między naszym żywieniem, a kondycją naszej planety

3. Przygotowuję zdrowe posiłki

- poznajemy zasady pracy w pracowni kulinarnej
- przygotowujemy zdrowe śniadanie
- gotujemy pożywny obiad
- pieczemy zdrowe przekąski
- przygotowujemy lekką kolację

Podsumowanie

Innowacja wykorzystując zasoby szkoły, pracownię kulinarną zwiększy świadomość naszych uczniów w zakresie zdrowia. Warsztaty kulinarne rozwiną kompetencje kulinarne. Dzieci doświadczą, że zdrowe jedzenie jest smaczne i że ich zdrowie zależy od ich wyborów. Dzieci będą miały możliwość rozwijania swoich kompetencji społecznych, wzmocnienia swojej samooceny.

Sposoby ewaluacji:

Ewaluacja

Ankieta dotycząca zdrowego stylu życia pojawi się na początku i na końcu innowacji w każdym roku realizacji. Ankieta skierowana będzie do rodziców i uczniów uczestniczących w zajęciach. Ewaluacja opierać się też będzie na obserwacji nauczyciela, bieżącej informacji zwrotnej od uczestników zajęć (karteczki oceny zajęć).

Wyniki ewaluacji zostaną udostępnione na stronie internetowej szkoły.

** właściwie podkreślić*