



JAK PRZEŻYĆ 100 LAT?

JANUSZ POPIS

SCENARIUSZ LEKCJI

Program nauczania edukacji dla bezpieczeństwa dla szkoły podstawowej

opracowany w ramach projektu

„Tworzenie programów nauczania oraz scenariuszy lekcji i zajęć wchodzących w skład zestawów narzędzi edukacyjnych wspierających proces kształcenia ogólnego w zakresie kompetencji kluczowych uczniów niezbędnych do poruszania się na rynku pracy”

dofinansowanego ze środków Funduszy Europejskich w ramach
Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, 2.10 Wysoka jakość systemu oświaty.

WARSZAWA 2019

Redakcja merytoryczna – Anna Kasperska-Gochna
Recenzja merytoryczna – Katarzyna Witkowska
Arkadiusz Wójcik
Katarzyna Szczepkowska-Szczęśniak
dr Beata Rola

Redakcja językowa i korekta – Editio

Projekt graficzny i projekt okładki – Editio

Skład i redakcja techniczna – Editio

Warszawa 2019
Ośrodek Rozwoju Edukacji
Aleje Ujazdowskie 28
00-478 Warszawa
www.ore.edu.pl

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach wolnej licencji Creative Commons – Użycie niekomercyjne 4.0 Polska (CC-BY-NC).
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl>

Temat lekcji:

Jak przeżyć 100 lat?

Etap edukacyjny/Czas trwania:

Szkoła podstawowa/45 minut

Cel ogólny:

Kształcenie umiejętności dbania o swoje zdrowie.

Cele operacyjne

Uczeń:

- definiuje pojęcie zdrowia i znaczenie indywidualnej odpowiedzialności za zdrowie,
- zna zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu,
- ocenia własne zachowania związane ze zdrowiem,
- ustala własny plan działania na rzecz własnego zdrowia,
- rozumie znaczenie rzetelnej informacji o zdrowiu,
- współpracuje w parze, grupie,
- posługuje się nowoczesną technologią informacyjno-komunikacyjną.

Metody/Techniki/Formy pracy:

lekcja odwrócona, drzewko ambitnego celu
indywidualna, w parach, grupowa, zbiorowa

Środki dydaktyczne:

film *Na Widelcu. Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej*

<https://www.youtube.com/watch?v=iIgS-QCEafU>

film *Super size me* <https://www.youtube.com/watch?v=sTsKPN2ZSDY>

film *Fat, Sick & Nearly Dead* (wersja anglojęzyczna) <https://www.youtube.com/watch?v=8oOpSnpOXs8>, kartony, flamastry, plansza z piramidą zdrowego żywienia i aktywności fizycznej, plansza z czynnikami wpływającymi na zdrowie wg M. Lalonda, schematy drzewka ambitnego celu

Zastosowanie narzędzi ICT:

tablica interaktywna z dostępem do internetu, telefony komórkowe, komputery

Opis przebiegu zajęć:

- I. Przygotowanie przez nauczyciela materiałów do samodzielnej pracy uczniów w domu – filmy o zdrowym i niezdrowym stylu życia – w wersji polskiej i anglojęzycznej.
- II. Przedstawienie uczniom tematu, celów i zasad lekcji odwróconej na poprzedzających zajęciach.
- III. Zadanie uczniom pracy do wykonania w domu:

- Zadanie dla wszystkich uczniów: obejrzenie filmu *Na widelcu. Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej*.
- Zadanie dla uczniów chętnych: obejrzenie filmu *Super size me* i/lub filmu *Fat, Sick & Nearly Dead* (wersja anglojęzyczna).
- Przygotowanie przez wszystkich uczniów odpowiedzi na pytania:
 - ✓ Jak zbudowana jest piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej?
 - ✓ Od czego zależy nasze zdrowie?
 - ✓ Kto jest odpowiedzialny za nasze zdrowie?
 - ✓ Jak stres wpływa na nasze zdrowie?

Uczniowie mogą pracować samodzielnie, w parach lub w grupach.

IV. Samodzielne zdobywanie wiedzy przez uczniów w domu.

V. Przebieg lekcji:

1. Uporządkowanie wiadomości uczniów, weryfikacja i wykorzystanie w zadaniach:

- Uzupełnianie schematu piramidy zdrowego żywienia i aktywności fizycznej (praca w grupach).
- Zapoznanie przez nauczyciela z czynnikami wpływającymi na stan zdrowia wg Lalonda: styl życia, środowisko fizyczne, czynniki genetyczne, opieka zdrowotna.
- Opracowanie przez uczniów indywidualnego planu zdrowego trybu życia (drzewko ambitnego celu).

2. Omówienie i podsumowanie tematu oraz procesu zdobywania wiedzy i umiejętności.

3. Ewaluacja:

Uczniowie zaznaczają kolorem opanowane umiejętności przy kryteriach sukcesu (cele szczegółowe podane w języku ucznia – wklejone do zeszytu) (zielony – umiem, żółty – nie wszystko umiem/muszę jeszcze uzupełnić wiedzę, czerwony – nie umiem/muszę uzupełnić wiedzę).

Komentarz metodyczny

Należy pamiętać, że nawet w najmniejszej klasie mogą uczyć się uczniowie o specjalnych potrzebach edukacyjnych – należy dostosować im formy i warunki pracy.

Uczniom niedowidzącym należy przygotować powiększony schemat piramidy zdrowego żywienia i aktywności fizycznej oraz drzewko ambitnego celu, aby ułatwić im wykonanie zadań. Uczniom autystycznym z zespołem Aspergera oraz z niepełnosprawnością intelektualną należy wydłużyć czas na wykonanie powierzonych zadań. Obszerne informacje na temat dostosowań zostały umieszczone w programie, w rozdziale „Warunki i sposoby realizacji”.

W ewaluacji uczniowie konsekwentnie na każdej lekcji, ćwicząc samoocenę, używają metody świateł drogowych – jednej z najprostszych i najbardziej wizualnych zarówno dla ucznia, jak i dla nauczyciela.

Niektórym, taka samoocena może wydawać się nierzetelna – jednak badania udowadniają, że po pewnym czasie stosowania samooceny w takiej formie, uczniowie (niezależnie od etapu edukacyjnego) bardzo lubią ją ze względu na szybkość jej dokonywania i jej obrazowość. Dzięki niej łatwiej jest im utrwać materiał czy uczyć się do sprawdzianu. Z czasem nie widzą powodu, aby „oszukiwać”. Mają świadomość, że to jeden z najprostszych sposobów, który nie służy do ich wartościowania tylko ich rozwojowi – pomaga w nauce.

Ze względu na swoją prostotę i możliwość zastosowania prawie na każdych zajęciach jest to też sposób, który bardzo dobrze się sprawdza w klasie, do której uczęszczają uczniowie z różnymi niepełnosprawnościami – np. uczniowie autystyczni, z zespołem Aspergera, niepełnosprawnością intelektualną – wymagający prostych, zwięzłych i powtarzalnych komunikatów.