



Funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

**Creative Teacher - Creative student -
Innovative School**

KA1 w SP2 w Drawsku Pomorskim



Erasmus+

Spis treści:

- I. Technologia Informacyjno-Komunikacyjna (ICT) – str. 2**
- II. Program Szkoły Pozytywnej Edukacji – str. 3**
- III. Skuteczne techniki uczenia się – str. 5**
- IV. Strategie radzenia sobie ze stresem – str. 7**
- V. Uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi – str. 9**
- VI. Lekcja w-f z wykorzystaniem CLIL – str. 11**
- VII. CLIL na lekcji fizyki – str. 13**
- VIII. CLIL na lekcji języka polskiego – str. 14**

I

TECHNOLOGIA INFORMACYJNO-KOMUNIKACYJNA (ICT) ma duży wpływ na naukę języków, funkcjonowanie uczniów, nauczycieli i rodziców. Wykorzystanie ICT na lekcjach może być bardzo efektywne w urozmaicaniu procesu nauczania i angażowaniu uczniów. Oto kilka konkretnych aplikacji, stron internetowych i narzędzi, które nauczyciele mogą wykorzystać:

1. **Google Classroom:** Narzędzie do tworzenia wirtualnych klas, przekazywania zadań, udostępniania materiałów i oceniania.
2. **Kahoot!:** Interaktywna platforma do tworzenia quizów i gier edukacyjnych, która angażuje uczniów w proces nauki.
3. **Quizlet:** Serwis umożliwiający tworzenie i udostępnianie fiszek, zestawów słówek i ćwiczeń do nauki języków i innych przedmiotów.
4. **Khan Academy:** Strona z tysiącami darmowych lekcji wideo i ćwiczeń z matematyki, nauk przyrodniczych, historii i innych przedmiotów.
5. **Padlet:** Narzędzie do tworzenia interaktywnych tablic, które uczniowie mogą wspólnie edytować i udostępniać treści.
6. **Canva:** Narzędzie do projektowania grafiki i prezentacji, które można wykorzystać do tworzenia atrakcyjnych materiałów edukacyjnych.
7. **Prezi:** Alternatywa dla tradycyjnych prezentacji, pozwalająca na tworzenie dynamicznych, interaktywnych prezentacji.
8. **Edpuzzle:** Narzędzie do tworzenia interaktywnych filmów edukacyjnych, gdzie nauczyciele mogą dodawać pytania i ćwiczenia do filmów wideo.
9. **Flipgrid:** Platforma do nagrywania i udostępniania krótkich filmów przez uczniów, co stymuluje komunikację wideo.
10. **Nearpod:** Platforma do tworzenia interaktywnych lekcji z quizami, ankietami i możliwością udostępniania prezentacji.
11. **TED-Ed:** Strona zawierająca krótkie filmy edukacyjne, które można wykorzystać do wprowadzenia nowych koncepcji i inspiracji na lekcjach.

To tylko kilka przykładów narzędzi i aplikacji, które mogą być wykorzystane na lekcjach. Wybór zależy od konkretnych potrzeb nauczyciela i celów dydaktycznych. Ważne jest, aby narzędzia ICT były integrowane w sposób, który wspiera cele nauczania i uczenia się. Technologia ICT jest narzędziem, które może znacząco ułatwić proces nauki, ale nadal kluczowe jest zaangażowanie uczniów, nauczycieli i rodziców w proces edukacyjny. Dobra równowaga między tradycyjnymi metodami nauczania a nowoczesnymi narzędziami ICT może przynieść najlepsze rezultaty w nauce.

II

PROGRAM SZKOŁY POZYTYWNEJ EDUKACJI może być dostosowany do różnych grup wiekowych, poziomów nauczania i kontekstów edukacyjnych. Oto ogólny zarys programu szkoły pozytywnej edukacji:

1. Cele edukacyjne:

- Rozwijanie umiejętności interpersonalnych i komunikacyjnych.
- Wzmacnianie poczucia własnej wartości i pewności siebie.
- Wspieranie rozwoju emocjonalnego i społecznego.
- Kształtowanie pozytywnego stosunku do nauki i rozwoju osobistego.
- Tworzenie przestrzeni do dzielenia się doświadczeniami i najlepszymi praktykami.

2. Metody nauczania:

- Nauczanie przez działanie: aktywne, praktyczne metody, które angażują uczniów w proces uczenia się.
- Nauczanie przez doświadczenie: zdobywanie wiedzy poprzez praktyczne doświadczenia i eksperymenty.
- Nauczanie przez refleksję: zachęcanie uczniów do rozważania i analizowania swojego postępowania i osiągnięć.

3. Kształtowanie umiejętności miękkich:

- Rozwijanie umiejętności rozwiązywania konfliktów i negocjacji.
- Wspieranie empatii i zrozumienia innych osób.
- Uczenie radzenia sobie ze stresem i negatywnymi emocjami.

4. Rola nauczycieli:

- Nauczyciele pełnią funkcję mentorów i wspierają uczniów w ich rozwoju.
- Tworzą pozytywną atmosferę w klasie i kształtują bezpieczne środowisko edukacyjne.
- Uczą uczniów radzenia sobie z niepowodzeniami i budować odporność psychiczną.

5. Programy edukacyjne:

- Wprowadzenie do programów nauczania dotyczących umiejętności emocjonalnych i społecznych.
- Organizacja warsztatów i projektów edukacyjnych, które zachęcają do współpracy i rozwijania umiejętności interpersonalnych.

6. Ocena i monitorowanie postępów:

- Ocena nie tylko w oparciu o wyniki testów, ale także uwzględniająca postępy w rozwoju umiejętności społecznych i emocjonalnych.
- Rozwijanie umiejętności samooceny i samoregulacji.



- Regularne rozmowy z uczniami i ich rodzicami, aby śledzić postępy i potrzeby uczniów.

7. Współpraca z rodzicami:

- Zaangażowanie rodziców w proces edukacyjny i informowanie ich o założeniach programu.
- Organizacja spotkań i warsztatów dla rodziców w celu wsparcia w wychowaniu i rozwoju dzieci.

Program szkoły pozytywnej edukacji ma na celu stworzenie przyjaznego i wspierającego środowiska edukacyjnego, które rozwija nie tylko wiedzę, ale także umiejętności społeczne i emocjonalne uczniów. Pomaga on w budowaniu pozytywnego stosunku do nauki i kształtuje osoby o dojrzałej inteligencji emocjonalnej.

III

SKUTECZNE TECHNIKI UCZENIA SIĘ

1. **Zrozumienie celu nauki** - zrozumienie, dlaczego uczysz się danego materiału, jest kluczem do efektywnego uczenia się.
2. **Wartościowe podejście do nauki** - ważne jest, aby doceniać swoją rolę jako uczącej się osoby i zdawać sobie sprawę z własnej wartości.
3. **Pozytywne nastawienie i działanie** - pozytywne myślenie i odwaga do prób prezentacji siebie mogą znacząco pomóc w procesie uczenia się.
4. **Silna motywacja** - ważne jest, aby być motywowanym do nauki i wybierać aktywności, które pomagają w przyswajaniu wiedzy.
5. **Umiejętność nauki** - znajomość zdrowych nawyków pracy umysłowej i higieny umysłowej jest kluczowa dla efektywnego uczenia się.
6. **Bezpieczeństwo** - ucząc się, ważne jest, aby czuć się bezpiecznie i wiedzieć, że można liczyć na wsparcie w razie trudności.

Wskazówki dotyczące zapamiętywania:

1. Powtarzanie materiału ze zrozumieniem pomaga w jego lepszym zapamiętywaniu.
2. Uczenie się częściej i w mniejszych porcjach pomaga w utrwalaniu wiedzy.
3. Recytowanie na głos i uczenie się na głos mogą pomóc w lepszym zapamiętywaniu.
4. Wykorzystywanie większej ilości powtórzeń niż to konieczne do nauki może pomóc w utrwalaniu wiedzy.
5. Wiara we własne możliwości może pomóc w lepszym zapamiętywaniu.
6. Przypomnienie sobie w warunkach podobnych do tych, w jakich się uczyło, może pomóc w łatwiejszym przypominaniu sobie.
7. Unikanie zakłóceń podczas nauki może pomóc w lepszym zapamiętywaniu.
8. Samodzielna praca jest uważana za najlepszy sposób nauki, ponieważ rzeczy wykonane samodzielnie są najlepiej zapamiętywane.

Aktywne powtórki są kluczem do trwałego zapamiętania materiału. Eksperymenty pokazują, że zapominamy dużą część materiału krótko po jego nauce, dlatego ważne jest systematyczne powtarzanie informacji w określonych interwałach. Sugerowano harmonogram powtórek w następujący sposób:

- Pierwsza powtórka: 15-minutowa w tym samym dniu.
- Druga powtórka: 10-minutowa następnego dnia.
- Trzecia powtórka: 5-minutowa po 24 godzinach.
- Kolejne powtórki: 2-3 minutowe przez 3-4 kolejne dni.



Warto również korzystać z **metod skojarzeniowych**, takich jak tworzenie akronimów, akrostychów czy rymowanek, aby ułatwić sobie zapamiętywanie treści. Korzystanie z technik pamięciowych, takich jak technika "Rzymskiego Pokoju", może również pomóc w lepszym zapamiętywaniu.

Szybkie czytanie, skanowanie tekstu przed lekturą, zadawanie pytań dotyczących tekstu, czy tworzenie map myśli to także skuteczne metody nauki, które pozwalają na efektywne przyswajanie wiedzy.

IV

STRATEGIE RADZENIA SOBIE ZE STRESEM

Nikommu nie trzeba w dzisiejszych czasach tłumaczyć, jak trudne jest życie uczniów. Wzrastające oczekiwania zarówno rodziców, jak i samych dzieci, tempo życia, presja społeczna, a także obrazy z mediów społecznościowych tworzące nieracjonalne oczekiwania wobec przyszłości - to wszystko wpływa na stres uczniów. Dodatkowo, w okresie dojrzewania, burza hormonów dodaje do tego jeszcze większego wyzwania. Niestety, wielu uczniów nie radzi sobie z tym stresem.

Psychologowie i psychiatrzy biją na alarm. Badania przeprowadzone przez Instytut Edukacji Pozytywnej w 2019 roku, jeszcze przed wybuchem pandemii i zdalnym nauczaniem, wykazały, że **ponad 70% uczniów w wieku 6-17 lat wykazuje objawy "wypalenia uczniowskiego."** Brak motywacji do życia, poczucie, że dorosłych oczekiwania są zbyt wysokie, brak odnalezienia się w dzisiejszym świecie - to tylko niektóre z problemów, z którymi się borykają.

To stanowi ogromny problem i wyzwanie dla dorosłych. Jednak nie musimy biernie przyglądać się temu stanowi rzeczy, możemy i powinniśmy pomagać uczniom radzić sobie ze stresem.

Aby rozpocząć, warto zacząć od prostego kroku - **zadawania uczniom pytań o ich samopoczucie.** Zamiast koncentrować się na wynikach w nauce, warto zapytać, "Jak się czujesz?" Możemy użyć pomocy w postaci "**Barometru Nastroju**", "**Pokaż gestem**", lub "**Ustaw się na skali**" - metody te pozwalają uczniom wyrazić swoje emocje w sposób bezpieczny, bez presji i ocen.

Ważnym krokiem jest także **nauka samoregulacji emocji.** Możemy wykorzystać techniki, takie jak:

- Technika "**Bezpiecznego Miejsca**" - uczniowie wyobrażają sobie miejsce, w którym czują się bezpieczni i akceptowani. To miejsce może być realne lub wyobrażone, ale ma pomagać im w relaksacji i redukcji stresu.
- Technika "**Oddech na stres**" - nauczanie uczniów technik oddechowych, które pomagają w redukcji napięcia.
- Technika "**Oddechu naprzemiennego**" - nauka naprzemiennego oddychania przez jedną dziurkę nosa na zmianę z drugą, co może pomóc w relaksacji.

- **Ćwiczenia z uważnością** (mindfulness) również odgrywają ważną rolę. Pomagają uczniom świadomie odczuwać i reagować na swoje emocje. Przykładowe ćwiczenia obejmują **"Co to za dźwięk?"**, **"Oddycham z misiem"**, i **"Napinanie/Rozluźnianie"**.

Wprowadzenie tych technik do klasy ma wiele korzyści. Pomaga poprawić samopoczucie uczniów, a także wpływa na poziom stresu. Dodatkowo, może prowadzić do zmian na poziomie fizjologicznym w mózgu, redukując pobudzenie ciała migdałowatego, co ma związek z reakcjami na lęk, oraz rozwijając kora przedczołową, odpowiedzialną za emocje i podejmowanie decyzji. Poprawia także koncentrację i pamięć, co ma znaczenie dla sukcesu edukacyjnego.

Jednak ważne jest nie tylko wprowadzenie tych technik, ale także reagowanie na symptomy stresu i wypalenia u uczniów. Nauczyciele powinni być gotowi do działania, gdy zauważą niepokojące zachowanie uczniów. Pomoc w radzeniu sobie ze stresem staje się więc integralną częścią procesu nauczania i wspierania rozwoju uczniów.

V

UCZNIOWIE ZE SPECJALNYMI POTRZEBAMI EDUKACYJNYMI

Zaspokajanie potrzeb edukacyjnych uczniów ze specyficznymi potrzebami edukacyjnymi jest istotnym zadaniem w systemie edukacyjnym. Oto kilka zasad skutecznego zaspokajania tych potrzeb:

1. Indywidualizacja nauczania:

- Dopasuj program nauczania do indywidualnych umiejętności, zainteresowań i potrzeb każdego ucznia ze specyficznymi potrzebami edukacyjnymi.
- Wykorzystaj różnorodne metody nauczania i materiały dydaktyczne, aby dostosować nauczanie do konkretnych potrzeb.

2. Współpraca z rodzicami:

- Utrzymuj regularny kontakt z rodzicami, aby dowiedzieć się o potrzebach i postępach uczniów.
- Współpracuj z rodzicami w tworzeniu spersonalizowanych planów edukacyjnych.

3. Nauczyciele przeszkoleni i świadomi:

- Nauczyciele powinni być odpowiednio przeszkoleni w obszarze specyficznych potrzeb edukacyjnych, takich jak dysleksja, ADHD czy autyzm.
- Nauczyciele powinni być świadomi różnych strategii i narzędzi wspierających te uczniów.

4. Dostępność wsparcia specjalistycznego:

- Zapewnij dostęp do specjalistów, takich jak pedagodzy specjaliści, psycholodzy szkolni i logopedzi, którzy mogą dostarczać specjalistyczne wsparcie uczniom w trudnościach.

5. Środowisko przyjazne i elastyczne:

- Stwórz przyjazne środowisko szkolne, które promuje zaufanie i akceptację.
- Bądź elastyczny w dostosowywaniu rozkładu zajęć, czasu egzaminów i innych aspektów edukacyjnych, aby spełnić potrzeby uczniów ze specyficznymi potrzebami.

6. Ocena postępów:

- Regularnie monitoruj postępy uczniów i dostosowuj strategie nauczania w zależności od wyników ocen i obserwacji.
- Używaj różnorodnych narzędzi oceny, które są dostosowane do potrzeb każdego ucznia.



7. Edukacja rówieśnicza:

- Wspieraj interakcje między uczniami ze specyficznymi potrzebami a ich rówieśnikami, aby promować integrację społeczną i wsparcie emocjonalne.

8. Ciągłe doskonalenie:

- Nauczyciele i personel szkolny powinni uczestniczyć w regularnych szkoleniach i szkoleniach, aby być na bieżąco z najnowszymi badaniami i praktykami dotyczącymi edukacji uczniów ze specyficznymi potrzebami.

9. Inkluzja:

- Promuj ideę inkluzji, czyli integrowania uczniów ze specyficznymi potrzebami w zwykłym otoczeniu szkolnym, z odpowiednimi wsparciem.

10. Wspieranie zdrowego rozwoju emocjonalnego:

- Zajmij się także rozwojem emocjonalnym uczniów, ponieważ zdrowe emocje i dobre samopoczucie mogą wpływać na efektywność nauki.

Zaspokajanie potrzeb edukacyjnych uczniów ze specyficznymi potrzebami wymaga zaangażowania wielu podmiotów, a kluczem do sukcesu jest podejście spersonalizowane, wsparcie społeczne i ciągła troska o rozwój każdego ucznia.

VI

LEKCJA W-F Z WYKORZYSTANIEM „CLIL”

Tytuł lekcji: "Active English - Fun and Fitness"

Cel lekcji:

- Rozwijanie umiejętności językowych i ruchowych uczniów.
- Uczenie słownictwa związanego z aktywnością fizyczną.
- Integracja treści językowych i sportowych.

Cele operacyjne:

- Uczeń potrafi zrozumieć i wykonać proste polecenia ruchowe w języku angielskim.
- Uczeń potrafi opowiadać o swojej aktywności fizycznej w języku angielskim.
- Uczeń korzysta z nowego słownictwa w kontekście aktywności fizycznej.

Materiały:

- Plansze z obrazkami przedstawiającymi różne aktywności fizyczne.
- Piłki, skakanki, hulajnogi, maty do ćwiczeń.

Przebieg lekcji:

1. Rozgrzewka (5 minut):
 - Uczniowie bawią się w kółku, wykonując proste ćwiczenia rozgrzewkowe, takie jak krążenie ramion wokół siebie.
 - Nauczyciel podaje polecenia w języku angielskim, takie jak "Stretch your arms over your head" i "March in place."
2. Wprowadzenie do tematu (10 minut):
 - Nauczyciel prezentuje plansze z obrazkami różnych aktywności fizycznych i wymawia ich nazwy po angielsku.
 - Uczniowie wykonują powyższe czynności.
3. Prezentacja nowego słownictwa (10 minut):
 - Nauczyciel demonstruje dodatkowe słownictwo związanym z aktywnością fizyczną, takie jak "jogging," "sit-ups," "jumping jacks," itp.
 - Uczniowie naśladują i powtarzają.



4. Zabawy ruchowe z poleceniami (20 minut):
 - Nauczyciel daje różne polecenia ruchowe w języku angielskim, takie jak "Jump as high as you can" i "Run to the other side of the room and back."
 - Uczniowie wykonują ćwiczenia, odpowiadając na polecenia.
5. Ćwiczenia w parach (10 minut):
 - Uczniowie pracują w parach.
 - Każda para wybiera jedno polecenie i wykonuje je, jednocześnie opisując to działanie po angielsku.
6. Zadania na dywanie (10 minut):
 - Uczniowie rozwijają swoje zdolności językowe, opisując wybrane aktywności fizyczne, na przykład "Balance on one foot and touch your knee with your opposite hand."
7. Podsumowanie (5 minut):
 - Nauczyciel pyta uczniów o to, jakie aktywności fizyczne wykonywali na lekcji.
 - Uczniowie dzielą się swoimi doświadczeniami i używają słownictwa związanego z aktywnością fizyczną.

VII

CLIL NA LEKCJI FIZYKI

Temat: "Electric Circuits"

Cele lekcji:

1. Zrozumienie, jak działa prosty "electric circuit" (obwód elektryczny).
2. Rozwijanie umiejętności komunikacji w języku angielskim.

Metoda nauczania: CLIL - Wykorzystanie języka angielskiego do nauczania fizyki.

Czas trwania: 45 minut

Przebieg lekcji:

1. Wprowadzenie (5 minut): a. Powitanie uczniów i krótka "conversation" na temat urządzeń, które używają "electricity" (prądu elektrycznego), np. "flashlight."
2. Rozwinięcie (10 minut): a. Pokazanie "simple electric circuit" z "battery," "wire," "light bulb," i "switch." b. Wyjaśnienie, że "battery" dostarcza "electric current," który sprawia, że "light bulb" "lights up," a "switch" kontroluje, kiedy "circuit" jest "closed" lub "open."
3. Praktyka (10 minut): a. Uczniowie "experiment" i "create" własne "simple electric circuits" z dostarczonych "materials." b. Każdy uczeń próbuje "explain" w języku angielskim, co się dzieje w jego "circuit."
4. Podsumowanie (5 minut):
 - a. "Brief conversation" na temat tego, co uczniowie "learned" w języku angielskim.
 - b. Zachęcenie do "expressing" swojego zrozumienia w języku angielskim.



VIII

CLIL NA LEKCJI JĘZYKA POLSKIEGO

Tytuł lekcji: Stopniowanie przymiotników w języku polskim i angielskim

Cele lekcji:

1. Nauczenie uczniów zasad stopniowania przymiotników w obu językach.
2. Porównanie różnic i podobieństw w stopniowaniu przymiotników w języku polskim i angielskim.
3. Praktyczne ćwiczenia w stopniowaniu przymiotników.

Materiały:

1. Prezentacja multimedialna lub tablica do zapisywania przykładów.
2. Karty pracy z ćwiczeniami stopniowania przymiotników w obu językach.
3. Przykładowe zdania z przymiotnikami do analizy.

Przebieg lekcji:

1. **Wprowadzenie (10 minut):**
 - Rozpocznij lekcję od ogólnego wprowadzenia, przypominając uczniom, że przymiotniki opisują cechy rzeczy i osób.
 - Zadać pytanie, czy znają zasady stopniowania przymiotników w języku polskim i angielskim.
2. **Podstawy stopniowania (15 minut):**
 - Przedstaw podstawowe zasady stopniowania przymiotników w języku polskim i angielskim.
 - Omów stopniowanie przymiotników w stopniu równym, wyższym i najwyższym w obu językach.
3. **Porównanie gramatyki (15 minut):**
 - Porównaj różnice i podobieństwa między stopniowaniem przymiotników w języku polskim i angielskim.
 - Zwróć uwagę na różne struktury i sposoby wyrażania stopni przymiotników w obu językach.



4. Ćwiczenia (20 minut):

- Podziel uczniów na pary i poproś każdą parę o stworzenie zestawu przykładów, wykorzystując przymiotniki w stopniu równym, wyższym i najwyższym w obu językach.
- Następnie każda para prezentuje swoje zdania przed klasą.

5. Analiza ćwiczeń (10 minut):

- Po analizie ćwiczeń zapytaj uczniów, jakie trudności napotkali w stopniowaniu przymiotników w obu językach.
- Omów poprawne odpowiedzi i poproś uczniów o wyjaśnienie, dlaczego wybrali konkretne struktury.

6. Dyskusja (10 minut):

- Zachęć uczniów do podzielenia się swoimi refleksjami na temat, które zasady stopniowania przymiotników wydają się im trudniejsze lub bardziej złożone w danym języku.
- Porównaj różne strategie i techniki stosowane w nauce tych zasad.

7. Podsumowanie (5 minut):

- Podsumuj najważniejsze punkty lekcji, podkreślając znaczenie poprawnego stopniowania przymiotników w obu językach.

Karta pracy

Stopniowanie przymiotników w języku polskim i angielskim

Imię i nazwisko ucznia: _____

Część 1: Podstawy stopniowania (5 punktów)

1. Podaj definicję przymiotnika w języku polskim.
2. Jakie są trzy stopnie przymiotników w języku polskim?
3. Jakie są trzy stopnie przymiotników w języku angielskim?

Część 2: Porównanie gramatyki (5 punktów)

4. Na przykładzie podaj, jak stopniuje się przymiotniki w stopniu wyższym w języku polskim.
5. Na przykładzie podaj, jak stopniuje się przymiotniki w stopniu najwyższym w języku angielskim.



Część 3: Ćwiczenia (10 punktów)

6. Stwórz zdanie w języku polskim, w którym użyjesz przymiotnika "piękny" w stopniu najwyższym.
7. Stwórz zdanie w języku angielskim, w którym użyjesz przymiotnika "expensive" w stopniu równym.
8. Stwórz zdanie, w którym porównasz dwa przedmioty (np. książki) używając przymiotnika "interesujący" w stopniu wyższym.

Część 4: Analiza ćwiczeń (5 punktów)

9. Które zasady stopniowania przymiotników wzbudziły w tobie najwięcej trudności? Dlaczego?

Część 5: Dyskusja (5 punktów)

10. Jakie rady i strategie stosujesz, aby poprawnie stopniować przymiotniki w języku polskim i angielskim?