

**TRADYCYJNE I NOWOCZESNE PODEJŚCIE DO EDUKACJI ZDROWOTNEJ – METODY  
AKTYWIZUJĄCE – RODZAJE, ZALETY, WADY**

(Opracowanie Jolanta Malanowska)

Zadania (cele szczegółowe)	Pomoce
<p>1. Stworzenie uczestnikom okazji do refleksji na temat ich własnej edukacji zdrowotnej w szkole. Zastanowienie się nad jej skutecznością we wprowadzaniu zmian w zachowaniach zdrowotnych.</p> <p>2. Wspólne poszukiwanie metod, które mogą przyczynić się do modelowania prozdrowotnego stylu życia.</p>	<p>Kartki z tekstami do zabawy wprowadzającej;</p> <p>Prezentacja z celami i zadaniami warsztatów;</p> <p>Zadania do pracy w grupach, załączniki do ćwiczenia 4 i 5)</p> <p>Model pisania (układu) scenariusza</p>
<b>Czas trwania zajęć – 90 minut</b>	
<p><b>Oczekiwane efekty:</b></p> <p>Po uczestnictwie w ćwiczeniach uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozumie różnice między tradycyjną a nowoczesną edukacją zdrowotną;</li> <li>• wie czym charakteryzują się metody aktywizujące, potrafi określić ich zalety i wady;</li> <li>• rozumie zależność między uczeniem z wykorzystaniem metod aktywizujących, swoim zaangażowaniem a postawą ucznia.</li> <li>• potrafi dobrać odpowiednią metodę aktywizującą do konkretnego tematu z edukacji zdrowotnej.</li> </ul>	
<b>Opis przebiegu zajęć</b>	
<p><b>Część wstępna:</b></p> <p>Podziel uczestników na cztery grupy i zaprosz do wspólnej zabawy. Rozdaj grupom kartki z następującymi tekstami. Np. „Zdrowy jak rzepa”, „W zdrowym ciele zdrowy duch”, „Szlachetne zdrowie, nikt się nie dowie, jako smakujesz aż się zepsujesz”, „Nie zrozumie zdrowy chorego” „Śmiech to zdrowie”(inne wg uznania prowadzącego). Poproś, aby za pomocą pantomimy przedstawili ich treść. Widownia ma zgadnąć o jakie powiedzenie chodzi. Wyjaśnij, że tego typu zadania, zabawy są bardzo przydatne do wykorzystania w wielu sytuacjach w edukacji zdrowotnej. (20 min).</p> <p>Przedstaw cele i zadania warsztatów ( w załączniku „Cele spotkania”).</p> <p><b>Część właściwa:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poproś uczestników, aby przypomnieli sobie w jaki sposób była prowadzona edukacja zdrowotna w liceum, jaki przyniosła skutek w ich zachowaniu zdrowotnym, zapytaj jak sprawdzano ich zainteresowanie tematem, zainicjuj dyskusję. (15 min.)</li> <li>2. Poproś, żeby opowiedzieli jakies pozytywne zdarzenie ze swojej edukacji, które pamiętają do dziś i dzięki czemu tak utkwilo ono w pamięci. Uwypuklij te momenty, dzięki którym zapamiętano zdarzenie (zabawa, doświadczenie, teatr, wyjazdy, wycieczki itp.). Wyjaśnij, dlaczego tak długo to zdarzenie zapamiętano, dlaczego tak długo utkwilo w pamięci. <i>Najdłużej zapamiętujemy te zdarzenia, których byliśmy bezpośrednimi uczestnikami, coś przeżyliśmy, w czymś braliśmy udział, które dawały nam radość, możliwość wykazania się dzięki którym odkrywaliśmy nowe wartości.</i>( 10 min).</li> <li>3. Wyjaśnij uczestnikom czym są metody aktywizujące, po co je stosujemy, jakie są najbardziej popularne.(10 min). – wykład.</li> </ol>	

4. Podziel uczestników na cztery grupy, rozdaj każdej grupie arkusz „Wykaz najbardziej popularnych metod aktywizujących ucznia, stosowanych w edukacji zdrowotnej”, poproś, aby wybrali jedną z metod aktywizujących i określili jej zalety i wady. *Skomentuj, że każda metoda ma swoje zalety i wady, wiele zależy o prowadzącego nauczyciela, jego doświadczenia w pracy takimi metodami, zastosowaniem w odpowiednim momencie edukacyjnym. Odpowiednio zastosowana metoda przynosi wymierne korzyści może wzbogacić proces nauczania, przyczynić się do lepszego przyswojenia treści.* Prezentacja prac grup (15 min).
5. Rozdaj uczestnikom kartki z zapisanym tekstem ( załącznik: „Zadania do pracy w grupach”): „jaki wpływ na efekty uczenia ma praca w grupach?”; „jaki wpływ na efekty uczenia ma stosowanie metod aktywizujących?”; „jaką odpowiedzialność za efekty uczenia się ponosi uczeń uczestniczący w zajęciach prowadzonych metodami aktywnymi?”; „Jaki wpływ na efekty uczenia ponosi nauczyciel stosujący metody aktywizujące uczniów?”. Każda grupa dostaje inny temat. Prezentacja prac grup. (20 min).

**Część końcowa – ewaluacja i ocena zajęć:**

1. Zapytaj uczestników co uzmysłowili sobie na dzisiejszych zajęciach, do jakich wniosków doszli w trakcie ich trwania;
2. Poproś o skomentowanie ćwiczeń związanych z prowadzeniem, i odpowiedzialnością uczestników za efekty uczenia się i nauczania.
3. Oceń przydatność zajęć dla pracy nauczycielskiej uczestników ankietą standardową swojego ośrodka doskonalenia nauczycieli lub pytaniami:
  - jak podobały ci się zajęcia,
  - czy zauważasz potrzeby wprowadzenia zmian?
  - czy widzisz możliwości wykorzystania zdobytej dziś wiedzy na swoich zajęciach z edukacji zdrowotnej?

## Zadania do pracy w grupach (ćwiczenie 5)

- Jaki wpływ na efekty uczenia ma praca w grupach?;
- Jaki wpływ na efekty uczenia ma stosowanie metod aktywizujących?;
- Jaką odpowiedzialność za efekty uczenia się ponosi uczeń uczestniczący w zajęciach prowadzonych metodami aktywnymi?;
- Jaki wpływ na efekty uczenia ponosi nauczyciel stosujący metody aktywizujące uczniów?.

## **Wykaz najbardziej popularnych metod aktywizujących ucznia, stosowanych w edukacji zdrowotnej. (Ćwiczenie 4)**

- 1. Metoda burzy mózgów;**
- 2. Scenki dramowe na zadany temat;**
- 3. Dyskusja;**
- 4. Zabawa, gry;**
- 5. Konkursy, quizy, zagadki;**
- 6. Pokazy filmów, reportaże,**
- 7. Plakat;**
- 8. Projekt edukacyjny;**
- 9. Praca z tekstem;**
- 10. Komiks;**
- 11. Przygotowanie form wizualnych (typu gazetka);**
- 12. Wycieczka, zajęcia w terenie;**
- 13. Inne według uznania prowadzącego.**

## **Cele spotkania**

1. Stworzenie okazji do refleksji na temat ich własnej edukacji zdrowotnej w szkole. Zastanowienie się nad jej skutecznością we wprowadzaniu zmian w zachowaniach zdrowotnych.
2. Wspólne poszukiwanie metod, które mogą przyczynić się do modelowania prozdrowotnego stylu życia.

Jolanta Malanowska

Zaprezentowane dwa scenariusze przeznaczone są dla osób pracujących z nauczycielami, edukatorów, doradców metodycznych. Grupą docelową są nauczyciele zajmujący się edukacją zdrowotną ( w tym wuefistów).

Przygotowując te scenariusze, kierowałam się zmianami, jakie zaistniały w nowej podstawie programowej, nakładającej na nauczycieli wychowania fizycznego szczególne obowiązki w zakresie edukacji zdrowotnej. Mogą one pomóc im w przechodzenie przez zmianę i dostarczyć informacji na temat możliwości w kreowaniu prozdrowotnego stylu życia.



## Schemat i zasady układania scenariusza zajęć

**Temat zajęć** – staraj się zapisać go precyzyjnie

**Uczestnicy** – zapisz, dla jakiej grupy zajęcia są przeznaczone i jaka powinna być liczebność grupy

<b>Zadania (cele szczegółowe)</b>	<b>Pomoce</b>
<p>Ustal dokładnie co zamierzasz zrobić w czasie zajęć np.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- przekazać wiedzę, informacje</li> <li>- uświadomić coś uczestnikom</li> <li>- zachęcić do czegoś (zainicjować, zaplanować)</li> <li>- nauczyć czegoś, przećwiczyć jakieś umiejętności</li> <li>- przedyskutować coś</li> </ul> <p>Zadania powinny być bardzo precyzyjnie sformułowane, gdyż jest to punkt wyjścia do planowania metod i przebiegu zajęć. Liczba i rodzaj zadań (ćwiczeń) powinna być dostosowana do czasu, którym dysponujesz i percepcji uczestników</p>	<p>W zależności od zaplanowanych ćwiczeń zapisz jakie potrzebujesz pomoce i materiały</p>
	<b>Czas trwania zajęć</b> – określ czas
<p><b>Oczekiwane efekty</b> – zapisz, co uczestnicy po zajęciach powinni wiedzieć, rozumieć, umieć itd., zgodnie z ustalonymi zadaniami. Pozwoli to na uniknięcie nadmiaru treści i ćwiczeń oraz umożliwi ewaluację zajęć. Zaplanuj też ewaluację zajęć</p>	
<b>Opis przebiegu zajęć</b>	
<p><b>Część wstępna</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wybierz ćwiczenia wprowadzające – w zależności od sytuacji (pierwsze czy kolejne zajęcia) może to być poznawanie siebie, rozgrzewka, budowanie zaufania, integracja lub aktywizacja grupy</li> <li>2. Przedstaw temat zajęć i zapytaj uczestników o ich oczekiwania</li> <li>3. Zaprezentuj zadania (zapisz je na folii, arkuszu papieru, tablicy); porównaj je z oczekiwaniami uczestników i dokonaj ew. modyfikacji, jeśli będzie to możliwe</li> </ol> <p><b>Część właściwa</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zapisz w sposób jasny i precyzyjny <b>kolejne ćwiczenia</b> oraz sposób, w jaki je przeprowadzisz. W doborze i kolejności ćwiczeń weź pod uwagę cztery etapy cyklu uczenia się przez doświadczanie: (1) doświadczanie (praca indywidualna); (2) refleksja i dyskusja (praca w małych grupach, parach); (3) pogłębianie, porządkowanie lub korekta wiedzy („mini” wykład); (4) własne eksperymentowanie (zaplanowanie działań przez uczestników)</li> <li>2. Określ orientacyjnie czas przeznaczony na każde ćwiczenie oraz zaplanuj warianty ćwiczeń, do wykorzystania w zależności od przebiegu zajęć i potrzeb grupy</li> <li>3. Zaplanuj i zapisz odpowiednie ćwiczenia np. relaksacyjne, ruchowe, zwiększające koncentrację, aktywność do wykorzystania w zależności od rodzaju zajęć i sytuacji w grupie; staraj się wprowadzać elementy zabawy</li> </ol> <p><b>Część końcowa</b> – podsumowanie i ewaluacja zajęć, czyli:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zapisz jak sprawdzisz czy osiągnięto oczekiwane efekty. Najprostszym sposobem jest zapytanie uczestników: Czego się nauczyli? Co sobie uświadomili? Co wynoszą z zajęć? Co mogą zastosować w swoim życiu, pracy? Jakie działania zamierzają podjąć w najbliższym czasie w wyniku tych zajęć? W przypadku, gdy celem zajęć było przekazanie wiedzy, można zastosować test wiedzy lub zdania niedokończone</li> <li>2. Dokonaj oceny przebiegu zajęć. Możesz zapytać: Co się podobało? Co zmieniliby? Czy są zadowoleni z udziału w zajęciach?</li> </ol>	
<p><b>Uwagi!</b> Zapisz dodatkowe informacje, które zamierzasz przekazać uczestnikom, tytuły książek, które chcesz im polecić itd.</p>	

Proszę zwrócić uwagę na spójność: zadań, oczekiwanych efektów i ćwiczeń