

# Dobrostan w pracy projektowej

Jowita Królikowska  
Ambasador eTwinning  
w województwie łódzkim

## Zalety projektów eTwinning

1. Mają jasno określony cel i rezultaty co ułatwia skoncentrowanie się na istotnych zadaniach
2. Są elastyczne
3. Uczą współpracy
4. Wykorzystują nowoczesne technologie
5. Pozwalają realizować w ciekawy sposób podstawę programową
6. Wprowadzają elementy CLIL (języka obcego)
7. Mogą być realizowane w grupie międzynarodowej lub krajowej
8. Mogą być uzupełnieniem projektów Erasmus +
9. Są bezgotówkowe

## Jak zadbać o dobrostan uczniów w projekcie eTwinning? I każdym innym:

### **1. Stawiaj jasne i zrozumiałe cele**

Praca projektowa często wymaga określenia klarownych celów i zadań. To pomaga uczniom zrozumieć, w co są zaangażowani, co może zwiększyć ich poczucie celowości i motywacji.

### **2. Zadbaj o współpracę**

Efektywna praca projektowa często wymaga współpracy w zespole. Tworzenie silnych relacji z innymi członkami zespołu sprzyja budowaniu dobrostanu.

### **3. Podziel zadania – każdy za coś odpowiada**

Praca projektowa często stawia jednostki w sytuacji, w której muszą brać odpowiedzialność za swoje zadania. To z kolei może wpływać pozytywnie na poczucie kontroli nad własnym życiem i niezależnością

### **4. Zachęcaj uczniów do monitorowania postępów**

Praca nad projektem często wymaga monitorowania postępów i osiągniętych wyników. Regularna ocena własnych osiągnięć może zwiększyć satysfakcję z pracy i motywację do dalszego zaangażowania.

**5. Zachęcaj do realizacji projektów na rzecz społeczności lokalnej**

Projekty mogą mieć społeczny cel, co dodatkowo motywuje uczniów. Wspólne dążenie do osiągnięcia celów społecznych może wzmacniać poczucie przynależności i celowości.

**6. Pozwól uczniom wybrać tematykę projektu i opracować działania**

Projekty często wymagają kreatywności i możliwości wyrażania swoich pomysłów. To może przyczynić się do satysfakcji z pracy i poczucia spełnienia.

**7. Zachęcaj uczniów do promowania działań projektowych**

Udane projekty mogą wpływać na zwiększenie samooceny, co jest kluczowe dla dobrostanu uczniów.

**Pilnuj aby uczniowie zachowali równowagę między pracą projektową a innymi obowiązkami**

Praca projektowa, gdy jest dobrze zarządzana, stwarza warunki do zaspokojenia różnorodnych potrzeb edukacyjnych i osobistych, co może wpływać korzystnie na dobrostan jednostki i grupy rówieśniczej.



## Zasady współpracy w projektach eTwinning:

1. Wspólnie z partnerami ustalamy zasady współpracy
2. Projekty realizujemy zgodnie z oczekiwaniami i zainteresowaniami uczniów
3. Wspólnie z partnerami ustalamy działania, rezultaty i terminy końcowe
4. Wszyscy członkowie projektu (partnerzy) mają takie same uprawnienia
5. Przestrzegamy terminów spotkań on-line i załączania rezultatów projektu
6. Wywiązujemy się z powierzonych zadań
7. Opracowujemy netykietę
8. Promujemy działania projektowe

## Propozycje działań projektowych:

1. Zorganizuj warsztaty i prelekcje na temat znaczenia zdrowia psychicznego. Wprowadź tematykę radzenia sobie ze stresem, budowania odporności psychicznej i radzenia sobie z emocjami.
2. Stwórz w szkole miejsce, które służyłoby jako kącik relaksacyjny. Może to być przestrzeń z wygodnymi poduszkami, roślinami, muzyką relaksacyjną i książkami.
3. Organizuj dni tematyczne związane ze zdrowym stylem życia, promując aktywność fizyczną, zdrową dietę i higienę snu.
4. Stwórz program mentorstwa, w którym starsi uczniowie pomagają młodszym w aklimatyzacji, rozwiązywaniu problemów czy nauce radzenia sobie w szkole.
5. Organizuj wyzwania sportowe, które będą okazją do pokonywania własnych słabości

## Propozycje działań projektowych:

1. Zorganizuj warsztaty i prelekcje na temat znaczenia zdrowia psychicznego. Wprowadź tematykę radzenia sobie ze stresem, budowania odporności psychicznej i radzenia sobie z emocjami.
2. Stwórz w szkole miejsce, które służyłoby jako kącik relaksacyjny. Może to być przestrzeń z wygodnymi poduszkami, roślinami, muzyką relaksacyjną i książkami.
3. Organizuj dni tematyczne związane ze zdrowym stylem życia, promując aktywność fizyczną, zdrową dietę i higienę snu, treningi relaksacyjne
4. Stwórz program mentorstwa, w którym starsi uczniowie pomagają młodszym w aklimatyzacji, rozwiązywaniu problemów czy nauce radzenia sobie w szkole.
5. Organizuj wyzwania sportowe, które będą okazją do pokonywania własnych słabości, np. 10 000 kroków, 10 km na rowerze, 1 godzinny spacer



## Przykładowy projekt Moja droga do zdrowia

### Opis projektu:

Projekt skierowany jest do uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych którego celem jest podniesienie świadomości na temat zdrowego stylu życia, właściwego odżywiania, aktywności fizycznej oraz zdrowia psychicznego i społecznego. Koncepcja projektu opiera się na współpracy międzyszkolnej oraz integracji międzyprzedmiotowej. Podejmowane aktywności będą sprzyjały rozwijaniu kompetencji kluczowych uczniów oraz kompetencji przyszłości. Uczniowie będą pracowali w grupach mieszanych, składających się z uczniów pobierających naukę na różnych poziomach edukacyjnych, co będzie sprzyjało nauczaniu rówieśniczemu, wymianie dobrych praktyk między uczniami i szkołami oraz promocji szkół w środowisku lokalnym.

## Cele projektu:

1. Promocja zdrowego stylu życia i poczucia odpowiedzialności za swoje zdrowie i zdrowie innych
2. Zwiększenie aktywności fizycznej jako troska o własne zdrowie i przygotowanie do aktywności fizycznej w dorosłym życiu
3. Uwrażliwianie uczniów na właściwe korzystanie z narzędzi i zasobów cyfrowych oraz poznawanie nowych technologii informacyjno-komunikacyjnych
4. Pobudzenie inwencji twórczej uczniów
5. Wspieranie uczniów w nabywaniu osobistych kompetencji miękkich: współdziałania w grupie, odpowiedzialności za realizację zadań, samodzielności, szacunku do innych
6. Wdrażanie do prowadzenia tutoringów rówieśniczego i między uczniami w różnym wieku.
7. Rozwijanie kompetencji kluczowych i kompetencji przyszłości
8. Dostrzeganie zależności pomiędzy zdrowiem a otaczającym środowiskiem

## POSTĘP DZIAŁAŃ:

1. Rejestracja projektu. kwiecień
  2. Przeszkolenie nauczycieli “Założ projekt eTwinning” (kwiecień)
  3. Ustalenie szczegółowego planu i harmonogramu realizacji zadań. kwiecień/maj
  4. Poznajmy się. Zaprezentowanie szkół partnerskich. (maj)
  5. Konkurs na logo projektu. (maj)
  6. Kiermasz ze zdrową żywnością, dochód ze sprzedaży przeznaczony na cele charytatywne (spalony dom), maj-czerwiec
  8. Wyzwania sportowe “Rowerowa Stolica Polski” - maj/czerwiec
  9. Bezpieczeństwo w Internecie - wideokonferencja (30 maja)
  10. Tworzenie infografik w Canva na temat bezpieczeństwa cyfrowego (maj)
  11. Praca w grupach międzyszkolnych (maj)
- Zdrowe odżywianie  
Aktywność fizyczna  
Zdrowie psychiczne i społeczne
12. Wideokonferencja- prezentacja prac poszczególnych grup (czerwiec)
  13. Dyskusja on-line “Co ma wpływ na zdrowie człowieka” ( 15 czerwca)
  14. Spotkanie w jednej ze szkół partnerskich - gra terenowa w Sieradzu (park) 21 czerwca 2022
  15. Quiz podsumowujący wiedzę z zakresu działań projektowych oraz ewaluacja projektu (23 czerwca)

## SPODZIEWANE REZULTATY

W wyniku realizacji zadań projektowych uczniowie stworzą we współpracy:

- e-book “Zdrowe najwyższą wartością człowieka” oraz “Sposoby aktywnego spędzania wolnego”, “Uśmiech buduje relacje”, “Książka kucharska ze zdrowymi przepisami”, “Trasy rowerowe w mojej okolicy”, poradnik “Szanuję nie marnuję”
- prezentacje przedstawiające szkoły partnerskie
- ćwiczenia interaktywne, sprawdzające wiedzę uczniów na temat zdrowego stylu życia, możliwe do wykorzystania przez innych nauczycieli
- filmiki prezentujące przepisy na zdrowe dania
- grę terenową lub Escape Room

<https://bit.ly/3vQjDmB>







# Dziękuję za uwagę

Imię i nazwisko prelegenta

Kontakt: [jowitakrolikowska@wp.pl](mailto:jowitakrolikowska@wp.pl)