

Innowacja pedagogiczna Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej

Nazwa: Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej - program profilaktyki realizowany w ramach innowacji pedagogicznej podczas godziny do dyspozycji wychowawcy

Autor program: Sylwia Wierzchowska i Elżbieta Nerwińska

Realizator innowacji: Alicja Gola - nauczyciel jęz. angielskiego oraz edukacji wczesnoszkolnej

Miejsce wdrażania innowacji: Publiczna Szkoła Podstawowa Nr 2, ul. Głowaczowska 33, 26-900 Kozienice

Termin: wrzesień 2022 - maj 2023

Zakres innowacji: dwie godziny wychowawcze w miesiącu w oddziale klasowym

Rodzaj innowacji: mieszana (organizacyjna i metodyczna)

Opis (obszar tematyczny):

APTECZKA PIERWSZEJ POMOCY EMOCJONALNEJ to program profilaktyki uniwersalnej i promocji zdrowia realizowane w naszej placówce.

Gdy coś nam dolega, sięgamy do apteczki pierwszej pomocy medycznej. A jak możemy pomóc sobie lub komuś, kto czuje się zraniony, czy przeżywa trudne momenty? Podczas spotkań, wspólnie z uczniami zastanawiamy się, co jest ważne dla zdrowia emocjonalnego i dobrego funkcjonowania, dzieci tworzą i wyposażają swoje „Apteczki”. Uczymy dzieci optymizmu i radzenia sobie z przeciwnościami.

W ramach programu uczniowie wykonują swoje własne APTECZKI SKARBÓW. Apteczki skarbów to pudełka, które dzieci samodzielnie wykonują, ozdabiają i do których stopniowo wkładają rozmaite rzeczy, jakie mogą być pomocne, by złagodzić stres, ból, przykrości czy zranienia emocjonalne oraz wzmocnić i utrwalić to, co w nas i w naszym życiu jest skarbem. W trakcie trwania całego programu dzieci tworzą zawartość swojej Apteczki tak, by czerpać z niej siłę w trudnych chwilach, również po zakończeniu programu. Każdy gromadzi rozmaite pamiątki, zapiski, fotografie,

drobne przedmioty i symbole, przypominające o tym, czego uczymy się w trakcie zajęć.

Uzasadnienie potrzeby wprowadzenia innowacji pedagogicznej:

Realizacja programu przyczyni się do rozwijania w dzieciach umiejętności radzenia sobie ze stresem i trudnościami poprzez budowanie pozytywnych przekonań, wiary w siebie i zrozumienia dla innych. ***Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej*** jest potrzebna, by pomóc nie tylko leczyć rany duszy, ale również by odzyskać dobry humor, nadzieję i nabywać odporność psychiczną. Chcemy uczyć dzieci optymizmu, wiary we własne siły i umiejętności radzenia sobie z trudnościami.

Cele główne innowacji (spodziewane efekty):

Celem programu *APTECZKA PIERWSZEJ POMOCY EMOCJONALNEJ* jest rozwijanie w dzieciach podstawowych umiejętności społecznych i emocjonalnych oraz przygotowanie do radzenia sobie z trudnościami. Korzystając z założeń psychologii pozytywnej, sformułowanych przez amerykańskiego psychologa Martina E. P. Seligmana, przyjęto, że optymizmu można się nauczyć, a postawa optymizmu może prowadzić do szczęśliwego i satysfakcjonującego życia.

- zrozumienie czym są wartości,
- kształtowanie odporności na trudne sytuacje i zranienia emocjonalne,
- rozpoznawanie i nazywanie swoich potrzeb.
- wzmacnianie poczucia własnej wartości oraz nauka pozytywnego myślenia
- poznawanie siebie i swojego poziomu optymizmu
- kształtowanie optymistycznej postawy i dostrzeganie pozytywów w życiu
- kształtowanie poczucia przynależności do grupy
- rozwijanie umiejętności społecznych: nawiązywania i utrzymywania przyjaznych relacji z innymi, współpracy i porozumiewania się
- rozwijanie kreatywności, pracowitości i umiejętności uczenia się
- budowanie prawidłowej samooceny poprzez rozpoznawanie swoich mocnych stron
- wzmacnianie odporności na stres

- rozwijanie umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach
- poszerzanie wiedzy na temat znaczenia zdrowego odżywiania się i aktywności fizycznej
- kształtowanie postawy szczerości i uczciowości wobec siebie i innych
- wzmacnianie empatii
- rozwijanie umiejętności lepszego rozumienia siebie i innych
- rozwijanie umiejętności dostrzegania dobra i szczęścia w życiu codziennym
- budowanie sprawczości

Cele szczegółowe:

- uczniowie znają wartości w życiu
- uczniowie znają i rozumieją schemat Wydarzenie - Przekonanie - Skutek
- uczniowie potrafią uważnie myśleć i ocenić swoje myśli
- uczniowie potrafią szukać rozwiązań do bieżących trudności w klasie
- uczniowie są świadomi, że są dla kogoś ważną osobą
- uczniowie potrafią słuchać z uwagą i komunikować się z szacunkiem
- uczniowie znają swoje mocne strony
- uczniowie potrafią wyciągać wnioski z popełnionych błędów
- uczniowie potrafią przyjąć optymistyczną postawę wobec tego, co im się nie udało
- uczniowie potrafią rozpoznać swoje uczucia
- uczniowie potrafią nieść pomoc i wczuć się w sytuację innych osób
- uczniowie potrafią okazać wdzięczność
- uczniowie potrafią świętować swoje sukcesy

Metody pracy: burza mózgów, dyskusja panelowa, metody graficzne, metody dyskusyjne, elementy dramy

Formy pracy: zespołowa, grupowa

Sposoby ewaluacji: ankieta dla uczniów, indywidualne rozmowy z uczniami, wnioski i refleksje po przeprowadzonych zajęciach.

Upowszechnianie rezultatów: filmy i zdjęcia publikowane na stronie internetowej i w mediach społecznościowych szkoły oraz w mediach lokalnych.

Środki i materiały: papier ksero, materiały do wykonania plakatów, tablica, ,
magnesy, telefony - do nagrywania filmów z uczniami, pudełka zakupione przez
rodziców

Program innowacji pedagogicznej:

1. **Apteczka skarbów** - *jak leczyć rany duszy?*
2. **Optymizm** - *myśl pozytywnie, wtedy jest łatwiej!*
3. **Przyjaźń** - *okazuj miłość i przyjaźń!*
4. **Kreatywność** - *ucz się całe życie, odkrywaj i wzmacniaj swoje talenty!*
5. **Wytrwałość** - *nie poddawaj się, sukces w życiu to bieg na długi dystans!*
6. **Zdrowie fizyczne** - *dbaj o zdrowie i ćwicz codziennie – to poprawia samopoczucie!*
7. **Szczerość** - *nie komplikuj niepotrzebnie swojego życia!*
8. **Życzliwość** - *próbuj zrozumieć i wspierać innych!*
9. **Wdzięczność** - *okazuj wdzięczność za wszystko, co cię spotyka!*
10. **Marzenia** - *wyznaczaj sobie cele i podążaj za marzeniami!*