



**Dofinansowane przez  
Unię Europejską**



## **Poradnik pozytywnego nauczania i uczenia się**

Część pierwsza - Numer projektu: 2023-1-PL01-KA121-SCH-000140855



Materiał ten powstał przy finansowym wsparciu Komisji Europejskiej. Treść tego materiału stanowi wyłączną odpowiedzialność jego autorów, a Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za sposób, w jaki treść tych informacji zostanie wykorzystana.



## Kilka słów od autorów..

Poradnik powstał w wyniku doświadczeń, jakie zebraliśmy w trakcie realizacji poszczególnych projektów w ramach Akredytacji Erasmus+. Dotyczy to kolejno projektów realizowanych w V Liceum Ogólnokształcącym im. Jana Pawła II w Toruniu:

1. 2023-1-PL01-KA121-SCH-000140855 - *Nowa rzeczywistość, nowe wyzwania* realizowany od 01.06.2023 do 31.08.2024
2. 2024-1-PL01-KA121-SCH-000199682- *Przedsiębiorca na piątkę* realizowany od 01.06.2024 do 31.08.2025
3. (w planie)
4. (w planie)

Dzielimy się w nim wiedzą i umiejętnościami, jakie zdobyliśmy w trakcie mobilności zagranicznych – grupowych mobilności uczniów, kursów językowych, kursów metodycznych i obserwacji pracy nauczycieli (job shadowing).

Zaprezentowane tutaj propozycje ćwiczeń mogą być wykorzystywane w różnych kontekstach edukacyjnych – na godzinach wychowawczych, lekcjach przedmiotowych czy zajęciach pozalekcyjnych. Ich głównym celem jest promowanie szeroko pojętego dobrostanu uczniów. Znajdziemy tutaj ćwiczenia rozwijające poszczególne kompetencje uczniów (kompetencje cyfrowe, językowe, międzykulturowe, strategie uczenia się, kompetencje przedsiębiorcze, społeczne), ćwiczenia pomagające uczniom poznać siebie oraz zadania promujące zachowania ekologiczne oraz włączenie i różnorodność.

Zapraszamy do zapoznania się z częścią pierwszą – rezultatem naszego pierwszego projektu nr 2023-1-PL01-KA121-SCH-000140855

<b>Nazwa ćwiczenia 1</b>	<b>Bądź EKO! We CARE!</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje językowe/ Ekologia</b>
<b>Cel</b>	Zwrócenie uwagi na problem zanieczyszczenia oceanów/morza i zagrożeń z tego wynikających. Wypracowanie działań promujących troskę o czystość oceanów/morza
<b>Czas</b>	2 h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zapoznanie z tematyką ćwiczenia na podstawie autentycznych zdjęć informujących o zanieczyszczeniu oceanów (zał. 1)</li> <li>2. Dyskusja na temat zagrożeń wynikających z zanieczyszczenia wód.</li> <li>3. Praca w grupach: Jakie działania możemy podjąć w trosce o czystość oceanów?</li> <li>4. Omówienie sytuacji zamknięcia plaż na Teneryfie spowodowanej zanieczyszczeniem oceanu. Ukazanie działań podjętych przez lokalną ludność – autentyczne zdjęcie.</li> <li>5. Wykonanie plakatów informujących o problemie zanieczyszczenia.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs- English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowawca</b>	Danuta Włoczewska

<b>Nazwa ćwiczenia 2</b>	<b>Rozwijamy uważność – odgłosy i smaki.</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/Kompetencje językowe</b>
<b>Cel</b>	Rozwijanie uważności i umiejętności skupienia się.
<b>Czas</b>	1 h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ćwiczenie należy rozpocząć w ciszy. Prosimy uczestników o wsłuchanie się w odgłosy dobiegające z zewnątrz: szczekanie psa, odgłosy rozmów, odgłosy przejeżdżających samochodów... i prosimy o podzielenie się tym, co usłyszeli.</li> <li>2. Nadal pozostajemy w ciszy, odtwarzamy z YouTube „Odgłosy zwierząt” <a href="https://www.youtube.com/watch?v=So2fgFBvc0g&amp;t=472s">https://www.youtube.com/watch?v=So2fgFBvc0g&amp;t=472s</a> i prosimy o zapisanie jak największej ilości rozpoznanych głosów. Omawiamy ćwiczenie - można jeszcze raz je odsłuchać, tym razem już z obrazem :)</li> <li>3. Przygotowujemy dowolną ilość przypraw, warzyw i owoców. Uczestnicy z zamkniętymi lub zawiązanymi oczami rozpoznają smaki. UWAGA- należy się upewnić, czy uczestnicy nie mają alergii na dane składniki.</li> <li>4. Wygrywają osoby, które rozpoznały najwięcej odgłosów i smaków – nagrody mile widziane 😊</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs-English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowawca</b>	Danuta Włoczewska

<b>Nazwa ćwiczenia 3</b>	<b>Perfekcjonizm hamuje nasz rozwój.</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/Kompetencje językowe/ Kompetencje społeczne</b>
<b>Cel</b>	Ukazanie zagrożeń w rozwoju własnym, poczucia własnej wartości i osiągnięcia kompromisów wynikających z perfekcjonizmu.
<b>Czas</b>	1 h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Obejrzenie video z TEDTalks: Perfectionism holds us back. Here's why, Charly Haversat <a href="https://www.ted.com/talks/charly_haversat_perfectionism_holds_us_back_here_s_why">https://www.ted.com/talks/charly_haversat_perfectionism_holds_us_back_here_s_why</a></li> <li>2. Dyskusja: na czym polega problem perfekcjonizmu, cytaty Voltair'a, przykład sportowców, zagrożenie wynikające z perfekcjonizmu (brak kompromisu, rezygnacja z podejmowania działań i angażowania się w nowe projekty, trudność z wychodzenia ze strefy komfortu).</li> <li>3. Wniosek końcowy: It's OK to be good enough!</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs- English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Danuta Włoczevska

<b>Nazwa ćwiczenia 4</b>	<b>Rozwijamy uważność – na tropie zwierząt. „Podchody”</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/Ekologia/ Grywalizacja/ Kompetencje cyfrowe</b>
<b>Cel</b>	Poznanie gatunków zwierząt zagrożonych wyginięciem i podstawowych informacji na ich temat. Propozycja działań wspierających ochronę zagrożonych gatunków.
<b>Czas</b>	1-2 h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczestników dzielimy na 5 grup, każdej z grup przyporządkowujemy konkretne zwierzę zagrożone wyginięciem i pokazujemy trop tego zwierzęcia. Tropy (np. 8 dla każdej grupy) rozłożone są na terenie zielonym. (patrz poniżej)</li> <li>2. Każda grupa poszukuje tropów swojego zwierzęcia, jednocześnie zdobywają informacje na jego temat poszukując w Internecie odpowiedzi na pytania zapisane na odwrocie każdego tropu (czyli 8 pytań).(patrz poniżej)</li> <li>3. Poszczególne grupy dzielą się na forum zdobytymi informacjami. Proponują działania wspierające ochronę zagrożonych gatunków zwierząt.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs - English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Danuta Włoczevska



<b>Nazwa ćwiczenia 5</b>	<b>Technika Wojny na śnieżki (Snowball fight)</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje językowe / Kompetencje społeczne</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do pisania/mówienia w języku obcym, integracja grupy
<b>Czas</b>	20 min
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	Technika może być użyta w różnych ćwiczeniach. Poniżej przykład zastosowania. Uczniowie piszą w języku obcym cztery zdania na temat wakacji, które mają opisywać ich zaskakujące/niecodzienne/ fantastyczne doświadczenia, np. Widziałam żyrafy na safari. Każde zdanie ma być na osobnej kartce. Z każdej kartki uczniowie robią kulkę. Następnie, uczniowie dzielą się na dwie grupy i ustawiają się naprzeciwko siebie. Następuje wojna na śnieżki przez ok 30 sek. Gdy czas minie, nauczyciel prosi uczniów, aby wzięli cztery dowolne kulki. Uczniowie czytają zdania i ich zadaniem jest dowiedzenie się (w języku obcym) do kogo one należą. Uczniowie chodzą po klasie i zdobywają informacje. Następnie, każdy uczeń czyta na głos zdania i zgaduje/ informuje kto jest ich autorem.
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna ETI Malta</b> Kurs metodyczny-Spice up your teaching ideas
<b>Opis przygotowała</b>	Paulina Stafa

<b>Nazwa ćwiczenia 6</b>	<b>Technika Pytaj, pytaj, wymień się (Quiz, quiz, trade)</b>
<b>Obszar (zaznacz)</b>	<b>Kompetencje językowe/Strategie uczenia się/ Kompetencje społeczne</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, integracja grupy, zdobycie umiejętności uczenia się w grupie, zdobycie umiejętności wyszukiwania informacji w tekście
<b>Czas</b>	20 min
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	Technika może być użyta w ćwiczeniu umiejętności czytania/ słuchania lub w ćwiczeniach powtórkowych. Przykład zastosowania techniki w pracy z tekstem czytany. Każdy uczeń dostaje pytanie w języku obcym dotyczące tekstu np. z podręcznika. Jego zadaniem jest odnalezienie odpowiedzi w tekście. Następnie, uczniowie chodzą po klasie i w parach zadają sobie nawzajem pytania i odpowiadają (jeden pyta, drugi odpowiada i zmiana). Potem, wymieniają się pytaniami i tworzą nowe pary, gdzie po zadaniu pytania oczekują odpowiedzi i znów wymieniają się pytaniami i idą dalej tworzyć kolejne pary. Na początku tylko osoba, która wyszukała informację do swojego pytania zna odpowiedź i przedstawia ją partnerowi, który nie zna odpowiedzi, ale po kilku rundkach w klasie, gdy pytania krążą między osobami, odpowiedzi są już znane. Następnie, uczniowie w pracując w parach otrzymują od nauczyciela listę wszystkich pytań i wspólnymi siłami uzupełniają odpowiedzi na podstawie zdobytych informacji.
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna ETI Malta</b> Kurs metodyczny Spice up your teaching ideas
<b>Opis przygotowała</b>	Paulina Stafa

<b>Nazwa ćwiczenia 7</b>	<b>Technika Bez obrazu (No picture)</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje językowe</b>

<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, pobudzanie wyobraźni, rozwijanie uważności
<b>Czas</b>	20 min
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	Uczniowie zamykają oczy i wsłuchują się w krótki film bez dialogu. Ich zadaniem jest zapamiętanie jak najwięcej szczegółów dźwiękowych i spróbowanie wyobrażenia sobie historyjki, której nie widzą. Następnie, uczniowie w parach wymieniają się pomysłami w języku obcym i próbują zgadnąć co się dzieje w filmiku. Potem, uczniowie jeszcze raz słuchają nagrania z zamkniętymi oczami, próbując wysłuchać więcej szczegółów. Następnie, w parach uczniowie w języku obcym weryfikują swoje pomysły. Potem, nauczyciel prosi, aby uczniowie przedstawili swoje pomysły wszystkim. Na końcu, nauczyciel odtwarza filmik ujawniając uczniom prawdziwą historyjkę. Świetnie sprawdzają się w tym ćwiczeniu krótkie reklamy, np. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=87AkeWNgwU">https://www.youtube.com/watch?v=87AkeWNgwU</a>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna ETI Malta</b> Kurs metodyczny- Spice up your teaching ideas
<b>Opis przygotowała</b>	Paulina Stafa

<b>Nazwa ćwiczenia 8</b>	<b>Technika puzzli (Jigsaw puzzle)</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje językowe/Strategie uczenia się/ Kompetencje społeczne</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, integracja grupy, zdobycie umiejętności uczenia się w grupie, nabranie pewności siebie
<b>Czas</b>	25 min
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	Technika może być użyta w uczeniu różnych sprawności, np. mówienia czy czytania. Uczniowie najpierw pracują w czterech grupach eksperckich (Expert groups) nad jednym tematem, a następnie pracują w grupach mieszanych (Home jigsaw groups), w których wymieniają się informacjami przedyskutowanymi w grupach eksperckich. Dzięki tej technice, każdy uczeń musi się wypowiedzieć w grupie, aby np. uzupełnić kartę pracy w swojej dziedzinie; dzięki pracy w grupie eksperckiej nieśmiali uczniowie nabywają pewności siebie. Przykładowy opis ćwiczenia. Roleplay Uczniowie w grupach czteroosobowych mają za zadanie odegrać scenkę (roleplay) na temat przygotowania studniówki. Każdy ma przypisaną inną rolę (np. dyrektor szkoły, nauczyciel, uczeń, rodzic). Najpierw, uczniowie pracują w grupach eksperckich (dyrektorzy, nauczyciele, uczniowie, rodzice) robiąc burzę mózgow na temat słownictwa, które będzie pomocne, struktur gramatycznych (np. proponowanie), pomysłów, które mogą się pojawić i jak na nie zareagować stosownie do swojej roli. Następnie, uczniowie pracują w grupach mieszanych i odgrywają scenki. Inny przykład zastosowania techniki w pogłębianiu sprawności czytania. Uczniowie są podzieleni na grupy eksperckie. Otrzymują tekst (na kartce lub w podręczniku). Ich zadaniem jest znaleźć jak najwięcej informacji na przypisane im zagadnienia. Następnie, uczniowie pracują w grupach mieszanych i wspólnie uzupełniają karty pracy otrzymane od nauczyciela, wymieniając się informacjami zdobytymi w grupach eksperckich.
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna ETI Malta</b> Kurs metodyczny Spice up your teaching ideas
<b>Opis przygotowała</b>	Paulina Stafa

<b>Nazwa ćwiczenia 9</b>	<b>Wybieramy hasła i treści na schody szkolne</b>
--------------------------	---

<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje społeczne</b>
<b>Cel</b>	Umożliwienie uczniom wpływu na kształtowanie wyglądu szkoły. Mobilizacja uczniów do aktywności i odpowiedzialności za wspólną przestrzeń.
<b>Czas</b>	2h – ankieta w klasach, całkowity czas wykonania projektu 1 semestr
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Powołanie zespołu projektowo-wykonawczego złożonego z dwóch nauczycieli i dwóch przedstawicieli samorządu szkolnego.</li> <li>2. Przydzielenie konkretnych biegów schodów do poszczególnych profili.</li> <li>3. Zebranie propozycji napisów, które mają być umieszczone na stopniach schodów podczas godzin wychowawczych.</li> <li>4. Przygotowanie ankiety dla uczniów, która wyłoni najlepsze propozycje.</li> <li>5. Przeprowadzenie ankiety na kolejnej godzinie wychowawczej.</li> <li>6. Pozyskanie środków finansowych na wykonanie projektu.</li> <li>7. Wykonanie projektu.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs - English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Katarzyna Rybicka

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 10	<b>Cudowny świat owoców</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje międzykulturowe/ Ekologia/ Grywalizacja</b>
<b>Cel</b>	Budowanie proekologicznego stosunku uczniów do natury. Poszerzenie wiedzy uczniów na temat występujących rodzajów owoców.
<b>Czas</b>	1h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podział klasy na grupy 4- osobowe. Każda grupa otrzymuje mapę konturową świata z zaznaczonymi państwami.</li> <li>2. Nauczyciel prowadzący pokazuje na ekranie zdjęcie danego owocu z numerem a uczniowie zaznaczają go na mapie.</li> <li>3. Podsumowanie ćwiczenia - nauczyciel pokazuje mapę z prawidłowo zaznaczonym numerami. Grupy zliczają prawidłowe odpowiedzi i wyłaniają zwycięzców.</li> </ol> <p>Uwaga! Telefony komórkowe nie mogą być używane.</p>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs- English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Elżbieta Fisz



<b>Nazwa ćwiczenia 11</b>	<b>Jak skutecznie wykorzystywać AI- praca z czatem GPT</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje cyfrowe/ Kompetencje językowe/ Kompetencje międzykulturowe/Strategie uczenia się/Kompetencje przedsiębiorcze</b>
<b>Cel</b>	Zwiększenie umiejętności posługiwania się czatem GPT.
<b>Czas</b>	1h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Wybranie przez nauczyciela przedmiotu obszaru informacji jakie uczniowie mają pobierać z czatu GPT.</li> <li>Podanie zbioru pytań, na które należy znaleźć odpowiedź.</li> <li>Praca z czatem, szczególnie w jego wersji angielskiej, przy użyciu telefonów komórkowych lub w pracowni komputerowej.</li> <li>Analiza wyników wyszukiwania i korekcja błędów.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs- English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Katarzyna Rybicka

<b>Nazwa ćwiczenia 12</b>	<b>Magia nieba</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje cyfrowe/ Ekologia/ Strategie uczenia się</b>
<b>Cel</b>	Rozwijanie umiejętności łączenia posiadanej wiedzy z konkretnymi zastosowaniami.
<b>Czas</b>	1 h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Krótkie omówienie, przez nauczyciela, mechanizmu powstawania złudzeń optycznych.</li> <li>Podział klasy na grupy i przydzielenie każdej z nich konkretnych zadań. <ul style="list-style-type: none"> <li>Czym jest tęcza i w jakich warunkach można ją zaobserwować?</li> <li>Czym jest halo? O jakiej porze roku i przy jakich warunkach atmosferycznych możemy je obserwować?</li> <li>Na czym polega zjawisko fatamorgany? Kiedy mamy szansę ją zobaczyć?</li> <li>Zorza polarna - czym jest, gdzie na świecie i dlaczego najłatwiej ją zaobserwować?</li> </ul> </li> <li>Uczniowie poszukują odpowiedzi wykorzystując wyszukiwarkę internetową. Każda grupa szuka efektownych zdjęć, które prezentują wymienione zjawiska i przygotowuje się do ustnej prezentacji.</li> <li>Przedstawiciele grup omawiają swoje zadania.</li> <li>Wniosek końcowy: patrząc na niebo możemy widzieć coś, czego w rzeczywistości nie ma a jest to jedynie wynikiem zjawisk fizycznych i własności ludzkiego oka.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs - English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Elżbieta Fisz



<b>Nazwa ćwiczenia 13</b>	<b>Obserwacje astronomiczne - gdzie na świecie znajdują się największe teleskopy optyczne.</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje cyfrowe/Strategie uczenia się</b>
<b>Cel</b>	Rozwijanie świadomości nt. zanieczyszczenia światłem. Zapoznanie z lokalizacją największych na świecie teleskopów optycznych
<b>Czas</b>	1h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Praca w grupach-przydzielenie zadania polegającego na znalezieniu informacji na temat trzech największych na świecie obserwatoriów astronomicznych.</li> <li>2. Poszukiwanie wyjaśnienia, dlaczego właśnie w tych miejscach zlokalizowane są ośrodki badawcze i jaki wpływ na jakość badań mają warunki naturalne.</li> <li>3. Wyszukiwanie informacji z wykorzystaniem przeglądarek internetowych, zalecana Wikipedia w języku angielskim lub chat GPT</li> <li>4. Omówienie wyników poszukiwań informacji, dyskusja na temat znaczenia czystości nieba dla tych badań.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs-English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Elżbieta Fisz

<b>Nazwa ćwiczenia 14</b>	<b>Planowanie wycieczki szkolnej</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje cyfrowe/Kompetencje przedsiębiorcze</b>
<b>Cel</b>	Przygotowanie wycieczki klasowej. Opanowanie umiejętności posługiwania się aplikacją Google Maps.
<b>Czas</b>	2h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dyskusja i podjęcie decyzji dot. miejsc, które uczniowie chcieliby zwiedzić oraz terminu wycieczki.</li> <li>2. Podział klasy na grupy w zakresie wykonania koniecznych zadań: <ul style="list-style-type: none"> <li>- opracowanie trasy z określeniem czasów przejazdów, wybór środka transportu,</li> <li>- wybór miejsc noclegowych z określeniem koniecznych warunków np. ilość osób, dostęp do infrastruktury sanitarnej, dodatkowe wyposażenie pokoi oraz dostęp do obiektów i pomieszczeń rekreacyjnych,</li> <li>- wybór sposobu i miejsca żywienia,</li> <li>- program i wybór miejsc które uczniowie chcieliby zwiedzić,</li> </ul> </li> <li>3. Opracowanie kosztorysu.</li> <li>4. Przygotowanie dokumentacji.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs- English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Elżbieta Fisz

<b>Nazwa ćwiczenia 15</b>	<b>Analiza problemów społecznych spowodowanych masowym napływem turystów</b>
---------------------------	--

<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje międzykulturowe/Kompetencje przedsiębiorcze/ Kompetencje społeczne/ Edukacja włączająca/Ekologia/</b>
<b>Cel</b>	Rozwijanie umiejętności analizowania problemów społecznych oraz poszukiwania sposobów ich rozwiązywania.
<b>Czas</b>	1h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przygotowanie przez nauczyciela przykładowych informacji o aktualnych konfliktach między ludnością miejscową i turystami.</li> <li>2. Podział klasy na dwie grupy i wybór jednego z przedstawionych przykładów, w celu przeprowadzenia mini debaty na ten temat z narzuconą rolą: <ul style="list-style-type: none"> <li>- grupa pierwsza- ludność miejscowa</li> <li>- grupa druga- turyści.</li> </ul> </li> <li>3. Podsumowanie mini debaty.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs-English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Katarzyna Rybicka

<b>Nazwa ćwiczenia 16</b>	<b>STOKROTKA (La Marguerite)</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje językowe/ Strategie uczenia się/ Kompetencje społeczne</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, integracja grupy, zdobycie umiejętności uczenia się w grupie, nabranie pewności siebie.
<b>Czas</b>	30 minut
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<p>Opisana wersja przedstawia wakacyjną stokrotkę (oczywiście nie musi być tematyczna, wtedy trudniej odgadnąć o co autorowi chodziło)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nauczyciel rysuje na tablicy stokrotkę z pięcioma płatkami i w każdym płatkku wpisuje jakieś słowo, np.: Montpellier, pociąg, deszcz, plaża, 2.</li> <li>2. Zadaniem uczniów jest zadawanie pytań, aby odgadnąć, dlaczego dane słowo znalazło się w płatkku.</li> <li>3. Autor stokrotki, w tym przypadku nauczyciel, na zadane pytania może odpowiadać TAK/NIE. Po odgadnięciu, dlaczego to słowo zostało umieszczone, autor stokrotki może bardziej szczegółowo opowiedzieć o co chodzi, uzupełnić wypowiedź.</li> <li>4. Po zademonstrowaniu ćwiczenia, każdy uczeń rysuje swoją stokrotkę ze słowami w płatkach i w parach próbują dowiedzieć się jak najwięcej o swoich wakacjach.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs metodyczny: Formation de Formateur w Montpellier
<b>Opis przygotowała</b>	Sabina Kwiatkowska-Giemza

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 17	<b>Poznajmy się lepiej</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje językowe/ Strategie uczenia się/ Kompetencje społeczne</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, integracja grupy, zdobycie umiejętności uczenia się w grupie.
<b>Czas</b>	30 minut
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Każda osoba do pierwszych liter swojego imienia dopisuje przymiotnik, który ją określa.</li> <li>2. Chętni zapisują swoje imię na tablicy podając również przymiotniki oraz wykonując gest ułatwiający jego zapamiętanie.</li> <li>3. Każda kolejna osoba, zanim zapisze swoje imię na tablicy, patrząc na zapisane imię poprzednika próbuje powtórzyć wszystkie przymiotniki.</li> <li>4. Kolejny etap ćwiczenia polega na wykonaniu gestu, który "przypisany" był do właściwego przymiotnika i odgadnięciu po geście o jaki przymiotnik chodzi.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs metodyczny: Formation de Formateur w Montpellier
<b>Opis przygotowała</b>	Sabina Kwiatkowska-Giemza

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 18	<b>Aktywność fizyczna receptą na sukces w szkole</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje cyfrowe/Strategie uczenia się</b>
<b>Cel</b>	Uświadomienie uczniom znaczenia aktywności fizycznej w osiągnięciu dobrych wyników w szkole.
<b>Czas</b>	1h - godziny do dyspozycji wychowawcy
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczniowie zostają podzieleni na kilkusobowe grupy.</li> <li>2. Uczniowie w grupach dyskutują, jaką aktywność fizyczną realizują w swoim życiu i jak to wpływa na ich samopoczucie.</li> <li>3. Grupy dzielą się swoimi spostrzeżeniami</li> <li>4. Nauczyciel przedstawia film edukacyjny na temat pozytywnego wpływu ćwiczeń fizycznych na zdrowie i samopoczucie człowieka oraz możliwości przyswajania wiedzy.</li> <li>5. Nauczyciel proponuje system Pilates jako formę aktywności fizycznej.</li> <li>6. Uczniowie w Internecie wyszukują informacje na temat tej metody i oraz przedstawiają jej atuty.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs-English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotował</b>	Marek Frommholz

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 19	<b>Paletowy zakątek dobrostanowy</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje językowe/ Kompetencje przedsiębiorcze/ Kompetencje społeczne/ Ekologia</b>
<b>Cel</b>	Integracja społeczności szkolnej, rozwijanie umiejętności pracy w grupie, rozwijanie umiejętności pracy projektowej, promowanie zachowań sprzyjających środowisku naturalnemu, promowanie pozytywnego myślenia
<b>Czas</b>	2-3 tygodnie
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	Praca projektowa- końcowym produktem mają być ławki, stoliki, stojaki na rośliny- wykonane z palet, w różnych kolorach, z napisami w różnych językach zawierającymi sentencje dot. dobrostanu i pozytywnego myślenia, służące uczniom i nauczycielom do chwili relaksu. 1. Spotkanie grupy projektowej może być cała klasa), ustalenie koncepcji pracy- podział ról, opracowanie budżetu, terminarz, zakres współpracy z obsługą techniczną szkoły, ustalenie przestrzeni, w której staną meble 2. Pozyskanie palet (ogłoszenie wśród społeczności szkolnej) 3. Ustalenie kolorów farb, zakup impregnatu, farb. Odzieży ochronnej, etc. 4. Odpowiednie przycięcie palet, zmontowanie mebli oraz ich impregnacja (współpraca z obsługą techniczną szkoły) 5. Malowanie mebli przez uczniów i nauczycieli 6. Równocześnie- konkurs szkolny na sentencje w różnych językach dot. pozytywnego myślenia 7. Zakup roślin 8. Umieszczenie sentencji na meblach. 9. Aranżacja przestrzeni z wykorzystaniem skonstruowanych mebli – na zewnątrz lub ewentualnie wewnątrz szkoły. 10. Podsumowanie pracy projektowej.
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Grupowa mobilność uczniów- Castellaneta, Włochy
<b>Opis przygotowawca</b>	Beata Tomaszewska



<b>Nazwa ćwiczenia</b> 20	<b>Przyjaciele</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje językowe/ Strategie uczenia się/ Kompetencje społeczne</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, integracja grupy, zdobycie umiejętności uczenia się w grupie, nabranie pewności siebie.
<b>Czas</b>	45 minut
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nauczyciel rozdaje uczniom obrazek z postacią fikcyjną z bajki lub realną, wciąż żyjącą lub nie, np: Smerfotka, Adam Mickiewicz, Emmanuel Macron.</li> <li>2. Uczniowie dostają 5 minut czasu na zastanowienie się i zebranie informacji na temat danej postaci. (Możliwość korzystania z Internetu)</li> <li>3. Po tym czasie, zadaniem uczniów jest rozmawianie z sobą (opowiadanie o tym co lubię robić, jak spędzać czas, gdzie żyję, etc), wzajemne zadawanie pytań, aby jak najwięcej się dowiedzieć (nie zdradzając swoich tożsamości) i w skali od 0 do 6 przyznać punkty określające czy mógłbym zaprzyjaźnić się z tą drugą osobą jako postacią, która została nadana mi przez nauczyciela.</li> <li>4. W kolejnym etapie tego ćwiczenia, sprawdzamy przyznane punkty, uzasadniamy, dlaczego uważam, że z tą osobą mógłbym się zaprzyjaźnić, a dlaczego z inną nie.</li> <li>5. Dopiero na tym etapie zdradzamy kim jesteśmy, pokazujemy obrazek.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs metodyczny: Formation de Formateur w Montpellier
<b>Opis przygotowała</b>	Sabina Kwiatkowska-Giemza

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 21	<b>Debata na temat wprowadzenia darmowego transportu w mieście dla jego mieszkańców.</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje językowe / Kompetencje społeczne/ Ekologia</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, wyrażenia swojej opinii, obrony argumentów, kontrargumentowania, poszerzania swojej wiedzy na temat proekologicznych działań w miastach.
<b>Czas</b>	45 minut
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nauczyciel opowiada o mieście Montpellier, którego władze zdecydowały się na wprowadzenie od 1 stycznia bieżącego roku darmowego transportu miejskiego dla jego mieszkańców. Pokazuje też krótki filmik z tego wydarzenia. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Rq5_Au7y2xl">https://www.youtube.com/watch?v=Rq5_Au7y2xl</a></li> <li>2. Nauczyciel dzieli klasę na dwie części: jedna grupa jest ZA i wyszukuje argumenty na rzecz tej decyzji, zadaniem drugiej grupy jest zebranie jak najwięcej argumentów PRZECIW. (Możliwość korzystania z Internetu).</li> <li>3. Następnym krokiem jest zaprezentowanie przez pierwszą grupę jak najwięcej argumentów na rzecz decyzji o darmowych środkach transportu w mieście.</li> <li>4. Zadaniem drugiej grupy jest wyszukanie negatywów takiej decyzji odnosząc się do aspektów ekonomicznych, budżetu miasta.</li> <li>5. Każda z grup wygłasza podsumowanie swojej wypowiedzi.</li> <li>6. Wspólne szukanie kolejnych, możliwych proekologicznych działań w mieście.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs metodyczny: Formation de Formateur w Montpellier
<b>Opis przygotowała</b>	Sabina Kwiatkowska-Giemza

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 22	<b>Dyktando inaczej</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje językowe/Strategie uczenia się</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, integracja grupy.
<b>Czas</b>	20 minut
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<p>Uczniowie siadają w parach naprzeciwko siebie. Jedna osoba siedzi tyłem do tablicy. Następnie nauczyciel zapisuje na tablicy zdanie związane z tematyką omawianą ostatnio na zajęciach.</p> <p>Zadaniem ucznia siedzącego twarzą do tablicy jest podyktowanie koledze zapisanego zdania innymi słowami. Nie wolno używać słów widniejących na tablicy. Uczeń siedzący tyłem do tablicy musi zapisać zdanie na kartce. Wygrywa para, której jako pierwszej uda się wykonać zadanie.</p> <p>Potem następuje zamiana, a nauczyciel zapisuje kolejne zdanie. Po wykonaniu zadania uczniowie wypowiadają się na forum, co sprawiło im największą trudność podczas wykonywania zadania oraz jakie zastosowali strategie jego wykonania.</p>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna – Lindau ( Niemcy )</b>  Kurs językowo-metodyczny: Verschiedene Aktivitäten im Klassenzimmer ( Diversified Classroom Activities )
<b>Opis przygotowała</b>	Magdalena Cettler-Frommholz

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 23	<b>Life Scan (Skanowanie swoich zasobów)</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje cyfrowe/ Kompetencje językowe</b>
<b>Cel</b>	Zdiagnozowanie swoich słabych i mocnych stron w różnych obszarach życiowych; planowanie swojego dobrostanu
<b>Czas</b>	1h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<p>Ćwiczenie do wykonania na godzinie wychowawczej lub lekcjach języka angielskiego</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczniowie zostają podzieleni na pary.</li> <li>2. Każdy uczeń dostaje kartę pracy (patrz poniżej), przeprowadza wywiad z partnerem zadając pytania dotyczące poszczególnych obszarów i sporządza notatki.</li> <li>3. Zwracamy karty pracy właścicielom. Dyskusja w parach i/lub na forum klasy/ małej grupy – nad którym obszarem powinniśmy popracować i w jaki sposób. Będzie to punkt wyjściowy do kolejnych zajęć -określenia SMART celów.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs metodyczny- Increasing Well-being and Managing Stress Effectively
<b>Opis przygotowała</b>	<b>Beata Tomaszewska</b>

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 24	<b>Dziennik dobrostanu</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje cyfrowe/ Kompetencje językowe</b>
<b>Cel</b>	Rozwijanie wiary w siebie, uważności, refleksji, pozytywnego nastawienia
<b>Czas</b>	2h oraz codzienne /cotygodniowe refleksje
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<p>Ćwiczenie można wykonać na godzinie wychowawczej lub lekcjach języka obcego.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nauczycieli tworzy formularz Google lub wykorzystuje inne narzędzie cyfrowe do zbierania informacji od uczniów, w którym zadaje pytanie o mocne strony ucznia.</li> <li>2. Zajęcia zaczynają się od burzy mózgów - czym są mocne strony osoby, przykłady mocnych stron.</li> <li>3. Korzystając ze smartfonów i linka do formularza, uczniowie wpisują swoje silne strony; należy przygotować również wersję papierową formularza (gdyby ktoś nie mógł skorzystać ze smartfona); UWAGA- dla wielu uczniów określenie mocnych stron jest trudne, szczególnie dla tych z niską samooceną; można zapytać kolegę/koleżankę, aby określiła tą mocną stronę, i/lub nauczyciel powinien być przygotowany na wskazanie takiej cechy)</li> <li>4. Zadaniem uczniów jest prowadzenie dziennika dobrostanu, w którym odpowiadają na następujące pytania: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Czego się dzisiaj (w tym tygodniu) nauczyłem?</li> <li>2. Co mnie zainspirowało?</li> <li>3. W czym byłem dobry/ z czym sobie poradziłem?</li> <li>4. Za co jestem wdzięczny?</li> </ol> </li> </ol> <p>Ustalamy terminy wpisywania odpowiedzi- pod koniec każdego dnia lub pod koniec każdego tygodnia; ustalamy język komunikacji (język polski, język obcych). UWAGA- dziennik można przygotować w formie papierowej lub cyfrowej.</p> <p>5. Raz w tygodniu prosimy uczniów o podzielenie się swoimi refleksjami z resztą grupy w zakresie pytania 1,2 i jeżeli mają ochotę, również pozostałych.</p> <p>6. Prowadzimy dziennik tak długo, jak widzimy potrzebę, ale min. miesiąc.</p>
<b>ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs metodyczny- Increasing Well-being and Managing Stress Effectively
<b>Opis przygotowała</b>	Beata Tomaszewska

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 25	<b>Czy tradycyjne oceny szkolne nie hamują naszego rozwoju?</b>
<b>Obszar</b>	<b>Ocenianie /Dobrostan/ Kompetencje językowe/Strategie uczenia się/ Edukacja włączająca</b>
<b>Cel</b>	Uświadomienie uczniom, że tradycyjne oceny szkolne nie są celem w życiu i mogą hamować rozwój osobisty
<b>Czas</b>	1 h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Obejrzenie video z TED talks - The power of believing that you can improve - <a href="https://www.youtube.com/watch?v=X0mgOOSpLU">https://www.youtube.com/watch?v=X0mgOOSpLU</a></li> <li>2. Podział klasy na 2 grupy: zwolennicy oceniania tradycyjnego (NOW) i innowacyjnego (NOT YET) - debata na temat filmu</li> <li>3. Podsumowanie - nie uczmy się dla pojedynczych ocen, ale dla końcowego efektu</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs- English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotował</b>	Marek Frommholz

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 26	<b>Zarządzanie stresem</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje cyfrowe</b>
<b>Cel</b>	Uświadomienie uczniom źródeł stresu i wspieranie w zarządzaniu i redukcji stresu.
<b>Czas</b>	2h + sesje indywidualne
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<p>Zajęcia 1</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Na tablicy piszemy STRES</li> <li>2. Uczniowie indywidualnie ilustrują jak widzą stres. 5 min. Dzielą się swoimi ilustracjami.</li> <li>3. Czym jest stres?- uczniowie podejmują próbę zdefiniowania stresu. Nauczyciel podaje naukową definicję.</li> <li>4. Symptomy stresu- burza mózgów- wypisujemy przykłady na tablicy lub korzystamy z aplikacji cyfrowych.</li> <li>5. Źródła stresu- dyskusja w parach/trójkach- raportowanie na form klasy.</li> <li>6. Czy stres zawsze działa negatywnie? Dyskusja. Rozróżnienie dwóch rodzajów stresu: eustres (stres korzystny) i dystres (stres szkodliwy). Analiza przykładów źródeł stresu z pkt.5- pod kątem dwóch rodzajów stresu. UWAGA- wiele informacji znajdziemy na <a href="https://www.stress.org/">https://www.stress.org/</a> ; <a href="https://mindhealth.pl/co-leczymy/stres">https://mindhealth.pl/co-leczymy/stres</a> ; <a href="https://www.medonet.pl/zdrowie,stres---przyczyny--objawy--metody-zapobiegania,artykul,1729062.html">https://www.medonet.pl/zdrowie,stres---przyczyny--objawy--metody-zapobiegania,artykul,1729062.html</a></li> </ol> <p>Zajęcia 2</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jak radzić sobie ze stresem? Burza mózgów- uczniowie podają przykłady.</li> <li>2. Wprowadzenie techniki uważnego oddychania- można wykorzystać w tym celu nagranie na YT <a href="#">Uważne Oddychanie (Prowadzona Medytacja Oddechowa) - YouTube</a> lub <a href="#">JAK POZBYĆ SIĘ STRESU WYKONUJĄC KILKA ODDECHÓW ? (youtube.com)</a></li> <li>3. Wprowadzenie pojęcia stresora- zdefiniowania źródła stresu.</li> <li>3. Dziennik stresu – przez 8 tygodni uczniowie (i nauczyciel) prowadzą dziennik, w którym zapisują każdego dnia momenty, które były dla nich stresujące- godzinę i sytuację. Zamysłem dziennika jest znalezienie najczęściej pojawiającego się stresora, a następnie praca nad – albo eliminacja stresora, albo znalezieniem sposobu radzenia sobie z nim. Do prowadzenia dziennika można wykorzystać także aplikacje cyfrowe na smartfon typu <i>Daylio -Dziennik, Pamiętnik</i>.</li> <li>4. Praca indywidualna nad redukcją stresu- praca z wychowawcą, nauczycielami i psychologiem szkolnym (w zależności od rodzaju stresora) UWAGA- Dziennik prowadzony może być również przez nauczyciela dla zarządzania własnym stresem.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs metodyczny- Increasing Well-being and Managing Stress Effectively
<b>Opis przygotowała</b>	Beata Tomaszewska



<b>Nazwa ćwiczenia</b> 27	<b>Karuzela</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje cyfrowe/ Kompetencje językowe/ Strategie uczenia się</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, integracja grupy, zdobycie umiejętności uczenia się w grupie.
<b>Czas</b>	45 minut
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<p>Ćwiczenie można wykonać przy okazji dowolnego zagadnienia z katalogu tematów.</p> <p>Tym razem tematem jest praca. Nauczyciel rozdaje uczniom kopie ze zdjęciami przedstawiającymi różne zawody. Uczniowie wybierają sobie jeden z zawodów, a następnie szukają w Internecie informacji na temat wybranej profesji (potrzebne wykształcenie, miejsce pracy, wykonywane zadania, zarobki). Ten etap może trwać około 10 minut.</p> <p>Następnie uczniowie siadają naprzeciw siebie tworząc dwa okręgi. Każdy okrąg to 4 osoby. W sali lekcyjnej powstają dwie takie karuzele. Zadaniem uczniów jest opowiedzenie swojemu partnerowi w pierwszej osobie o wybranym zawodzie: Jestem lekarzem, pracuje w ... itd. Zaczyna opowiadać uczeń siedzący w kręgu wewnętrznym. Osoba przysłuchująca się może zadawać pytania. Potem osoba siedząca w zewnętrznym kręgu przesuwa się w prawo i tym razem to ona opowiada o swoim zawodzie. I tak na zmianę. Uczniowie starają się zapamiętać jak najwięcej informacji. Nauczyciel spaceruje po klasie i przysłuchuje się rozmowom, pełni rolę obserwatora.</p> <p>Na koniec uczniowie zajmują miejsca w ławkach, a nauczyciel wypytuje ich, co zapamiętali z tego, co opowiedzieli im inni uczniowie. Uczniowie wypowiadają się na forum grupy opowiadając o zawodach swoich kolegów.</p>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna – Lindau (Niemcy)</b> Kurs językowo-metodyczny: Verschiedene Aktivitäten im Klassenzimmer (Diversified Classroom Activities)
<b>Opis przygotowawca</b>	Magdalena Cettler-Frommholz

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 28	<b>Spacer po klasie</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje językowe/Strategie uczenia się</b>
<b>Cel</b>	Zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym, integracja grupy, zdobycie umiejętności uczenia się w grupie.
<b>Czas</b>	25 minut
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<p>Nauczyciel rozdaje uczniom kartki, na których zapisane są zdania związane z omawianymi ostatnio treściami. Każdy uczeń otrzymuje kartkę z jednym zdaniem. Wśród grupy krąży maksymalnie 7 zdań. Najlepiej, żeby nauczyciel przygotował dwa kolory kartek, np. białe i zielone. Uczniowie będą pracować tylko z kolegami mającymi ten sam kolor kartki.</p> <p>Początkowo uczniowie zapamiętują swoje zdania, a następnie chowają kartki do kieszeni. Następnie uczniowie spacerując po klasie, mówią swoje zdanie po kolei kolegom, a ich zadaniem jest zapamiętanie tego zdania. Po zakończeniu tego etapu uczniowie zajmują miejsca w ławkach i zapisują zapamiętane treści i odczytują je na forum grupy. Przy okazji wymieniają się uwagami, jakie zastosowali techniki zapamiętywania.</p> <p>W zależności od poziomu zaawansowania grupy, ćwiczyć można łatwiejsze bądź bardziej skomplikowane struktury leksykalne i gramatyczne.</p>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna – Lindau (Niemcy)</b> Kurs językowo-metodyczny: Verschiedene Aktivitäten im Klassenzimmer (Diversified Classroom Activities)
<b>Opis przygotowawca</b>	Magdalena Cettler-Frommholz

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 29	<b>Anglicyzmy w języku niemieckim</b>
<b>Obszar</b>	<b>Kompetencje językowe/Kompetencje międzykulturowe/Strategie uczenia się</b>
<b>Cel</b>	Uzmysłowienie uczniom, jak zmienia się język niemiecki; zachęcenie uczniów do mówienia w języku obcym; szukanie podobieństw między językami
<b>Czas</b>	45 minut
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<p>Nauczyciel zadaje pytanie: Jakie anglicyzmy znacie? Z jakimi anglicyzmami spotkaliście się dotychczas w języku niemieckim? Propozycje uczniów zostają zapisane na tablicy np. das Team, die E-Mail, der Job, das T-Shirt itp.</p> <p>Nauczyciel wyjaśnia, że język angielski mocno przeniknął do języka niemieckiego oraz że znajomość języka angielskiego pomaga w nauce oraz zrozumieniu języka niemieckiego, a więc ułatwia komunikację.</p> <p>Następnie uczniowie otrzymują kartki z 10 zdaniami. W parach podkreślają anglicyzmy, następnie słówka pochodzenia angielskiego zostają zapisane na tablicy i w razie konieczności przetłumaczone na język polski, np. Hast du das letzte <i>Song</i> von Rihanna gehört? Was ist das Song?</p> <p>Potem uczniowie pracują indywidualnie: otrzymują ćwiczenie na kartkach, w którym podane są słówka (anglicyzmy) oraz ich niemieckie odpowiedniki z dziedziny technologii oraz branży komputerowej. Zadaniem uczniów jest połączyć je w pary np. downloaden – herunterladen. Następnie uczniowie sprawdzają ćwiczenie z kolegą / koleżanką z ławki, a później ćwiczenie zostaje sprawdzone na forum. Nieznane słówka zostają zapisane na tablicy.</p> <p>Uczniowie ponownie pracują w parach: otrzymują 10 zdań, każde zdanie zawiera po jednym anglicyzmie. Zadaniem uczniów jest zamienić ów anglicyzm na niemieckie słowo, np. Ich gehe heute Nachmittag <i>shoppen</i>. – Ich gehe heute Nachmittag <i>einkaufen</i>. Następnie uczniowie sprawdzają ćwiczenie, na koniec zostaje ono omówione na forum.</p> <p>Uczniowie szukają w parach w podręczniku 5 zdań, w których użyto innych anglicyzmów, niż poznane na lekcji. Zapisują te zdania w zeszytcie i podkreślają wyraz angielski. Następnie w miejsce angielskich słówek wpisują ich niemieckie odpowiedniki.</p> <p>Na koniec uczniowie próbują utworzyć zdanie, które będzie zawierać jak najwięcej anglicyzmów. Następnie prezentują swoje zdania na forum grupy. Nauczyciel wyjaśnia, że tak dużo angielskich słówek w jednym zdaniu nie zdarza się często, jednak w ten sposób uzmysławia uczniom skalę zjawiska.</p>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	Mobilność zagraniczna – Lindau (Niemcy) Kurs językowo-metodyczny: Verschiedene Aktivitäten im Klassenzimmer (Diversified Classroom Activities)
<b>Opis przygotowawca</b>	Magdalena Cettler-Frommholz

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 30	<b>Życie w cieniu wulkanów</b>
<b>Obszar</b>	<b>Dobrostan/ Kompetencje cyfrowe/Kompetencje przedsiębiorcze/ Kompetencje społeczne/Ekologia/</b>
<b>Cel</b>	Rozwijanie u uczniów umiejętności analizy wpływu zjawisk przyrodniczych na życie i gospodarkę człowieka
<b>Czas</b>	1h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczniowie przypominają, na których obszarach na Ziemi występują wulkany</li> <li>2. Uczniowie zostają podzieleni na 5 osobowe grupy. Każda grupa otrzymuje zadanie wyszukania w Internecie informacji o negatywnych skutkach społecznych i gospodarczych wybuchu wybranego wulkanu</li> <li>3. Grupy dzielą się wyszukаныmi informacjami.</li> <li>4. Cała klasa w formie dyskusji podaje pozytywne skutki zjawisk wulkanicznych wraz z przykładami</li> <li>5. Podsumowanie wpływu wulkanów na życie i gospodarkę człowieka</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	<b>Mobilność zagraniczna</b> Kurs-English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotował</b>	Marek Frommholz

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 31	<b>GRIT - prawdziwa droga do sukcesu.</b>
<b>Obszar</b>	Dobrostan/ Kompetencje cyfrowe/ Kompetencje językowe/ Kompetencje społeczne
<b>Cel</b>	Wyjaśnienie pojęcia GRIT -/wytrwałość i pasja/ i jego znaczenia w osiągnięciu sukcesu. Związek między GRIT i motywacją. Rozwijanie umiejętności refleksji nad osobistymi celami i sposobami ich osiągnięcia.
<b>Czas</b>	1 h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<p>Ćwiczenie możliwe do realizacji podczas godziny wychowawczej, lekcji jęz. angielskiego, psychoedukacji.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jakie czynniki wpływają na osiągnięcie celów życiowych i sukcesu w powszechnej ocenie ludzi? - /burza mózgów/.</li> <li>2. Przykłady z "życia"-/ np. sportowcy, muzycy itp/analiza-dlaczego te osoby odniosły sukces i osiągają swoje cele? - dyskusja.</li> <li>3. Wysłuchanie wspólnie z uczniami wystąpienia na TED /YOU TUBE/ <b>"Grit: the power of passion and perseverance   Angela Lee Duckworth"</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=H14bBuluwB8">https://www.youtube.com/watch?v=H14bBuluwB8</a> /6,12 min/</li> <li>4. Grit i niepowodzenia. Czy błąd, porażka mogą być szansą?</li> <li>5. Refleksja nad własnymi celami i sposobami ich osiągnięcia z punktu widzenia GRIT i automotywacji - 5 minut dla autoanalizy.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	Mobilność zagraniczna Kurs-English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotowała</b>	Katarzyna Rybicka

<b>Nazwa ćwiczenia</b> 32	<b>Wpływ różnych czynników geograficznych na życie i działalność człowieka</b>
<b>Obszar</b>	Dobrostan/ Kompetencje cyfrowe/ Kompetencje przedsiębiorcze/ Kompetencje społeczne/ Ekologia
<b>Cel</b>	Kształcenie umiejętności oceny wpływu czynników geograficznych takich jak wysokości nad poziomem morza, ukształtowania powierzchni, przebiegu form rzeźby terenu, odległości od morza i prądów morskich na życie i działalność człowieka
<b>Czas</b>	1h
<b>Opis procedury/ pomysłu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podział klasy na 5 grup</li> <li>2. Każda grupa otrzymuje 2 obszary do porównania położone na podobnej szerokości geograficznej</li> <li>3. Uczniowie w grupach porównują 2 obszary pod względem wpływu jednego z czynników geograficznych na klimat, gleby i roślinność a w konsekwencji na życie i działalność człowieka na badanych obszarach. Uczniowie wykorzystują do tego między innymi narzędzia cyfrowe</li> <li>4. Przedstawiciel każdej grupy przedstawia efekty analizy. W dyskusji podsumowującej będziemy starali się dojść do wniosku o wielkich możliwościach człowieka, który potrafi przystosować się do życia w zróżnicowanych warunkach środowiska.</li> </ol>
<b>Źródło ćwiczenia</b>	Mobilność zagraniczna Kurs-English Language and Digital Skills
<b>Opis przygotował</b>	Marek Frommholz

Załączniki:

Załącznik 1 (ćwiczenie 1)



Zdjęcia własne.

**Zał. 2 ( do ćwiczenia 4)**

Tropy zwierząt w kolejności: ryś, wilk, kozica tatrzańska, żubr, niedźwiedź brunatny (do wydrukowania po 8 dla każdej grupy).

Źródło:

[https://natura.ceo.org.pl/sites/natura.ceo.org.pl/files/korytarze\\_ekologiczne\\_instrukcja\\_podstawowska\\_calosc.pdf](https://natura.ceo.org.pl/sites/natura.ceo.org.pl/files/korytarze_ekologiczne_instrukcja_podstawowska_calosc.pdf)

<https://podroze.onet.pl/przyroda/rozpoznasz-slady-zwierzat-jasne-potrzymaj-mi-piwo/vkfhmee>





Pytania do wydrukowania dla każdej grupy (czyli 5 razy) i naklejenia na odwroty tropów.

1. Ile jest osobników w Polsce?
2. Jak długo żyje?
3. Ile waży samiec i samica?
4. Czym się żywi?
5. Jak szybko biega?
6. Czy żyje w stadach?
7. Czy jest zagrożeniem dla człowieka?
8. Wypisz jakąś ciekawostkę o tym zwierzęciu.

### Załącznik 3 (do ćwiczenia 23)

LIFE SCAN (Skanowanie swoich zasobów)

<b>Kategoria (Category)</b>	<b>Ocena (Grade) (1-10)</b>	<b>Uzasadnienie oceny (Supporting Arguments)</b>
Zarządzanie czasem (Time management)		
Energia (Energy)		
Aktywność fizyczna (Physical activity)		
Wsparcie społeczne (Social support)		
Fun		
Odżywianie (Nutrition)		
Cele życiowe i działania o istotnym znaczeniu (Meaning and purpose)		

Źródło- Tenelearning, Kurs - Increasing Well-being and Managing Stress Effectively , Teneryfa 2024



Część druga ...wkrótce 😊