



**W naszej kuchni zdrowo jest**

Regina Strzemeska  
Iwona Kretek

## **Scenariusz interdyscyplinarnego projektu edukacyjnego do języka niemieckiego dla II etapu edukacyjnego (klasy IV–VIII szkoły podstawowej)**

opracowany w ramach projektu:

**„Tworzenie zestawów narzędzi edukacyjnych wspierających proces wychowania przedszkolnego i kształcenia ogólnego w zakresie rozwoju umiejętności uniwersalnych dzieci i uczniów oraz kompetencji kluczowych niezbędnych do poruszania się na rynku pracy”**

dofinansowanego ze środków Funduszy Europejskich w ramach  
Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, 2.10 Wysoka jakość systemu oświaty

Warszawa 2022

Redakcja merytoryczna: Beata Luc  
Redakcja językowa i korekta: Eduexpert sp. z o.o.  
Projekt graficzny i projekt okładki: Eduexpert sp. z o.o.  
Redakcja techniczna i skład: Eduexpert sp. z o.o.

Weryfikacja i odbiór niniejszej publikacji: Ośrodek Rozwoju Edukacji w Warszawie

w ramach projektu: *Weryfikacja i odbiór zestawów narzędzi edukacyjnych wspierających proces wychowania przedszkolnego i kształcenia ogólnego w zakresie rozwoju umiejętności uniwersalnych dzieci i uczniów oraz kompetencji kluczowych niezbędnych do poruszania się na rynku pracy*

dofinansowanego ze środków Funduszy Europejskich w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, 2.10 Wysoka jakość systemu oświaty

Warszawa 2022

Ośrodek Rozwoju Edukacji  
Aleje Ujazdowskie 28  
00-478 Warszawa  
[ore.edu.pl](http://ore.edu.pl)



Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach wolnej licencji Creative Commons –  
Użycie niekomercyjne 4.0 Polska (CC-BY-NC).  
[creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl)

## 1. Temat projektu

W naszej kuchni zdrowo jest

## 2. Osoby prowadzące projekt

### 2.1. Koordynator(ka)

nauczyciel(ka) języka niemieckiego

### 2.2. Pozostali

nauczyciele biologii, plastyki

## 3. Ramy czasowe

### 3.1. Początek projektu

W zależności od decyzji osób prowadzących projekt i ram organizacyjnych szkoły, projekt zaplanowany jest na 4–6 tygodni.

### 3.2. Zakończenie projektu

W zależności od terminu rozpoczęcia projektu (po 4–6 tygodniach).

## 4. Cele projektu

### 4.1. Cele ogólne

Cel projektu interdyscyplinarnego *W naszej kuchni zdrowo jest* to promowanie wiedzy o zdrowym żywieniu i zdrowym stylu życia.

Projekt stwarza możliwości aktywnego uczenia się (i nauczania) zintegrowanych treści programowych z różnych przedmiotów w ramach szerzej zaplanowanej aktywności grupowej, co jest zgodne z zapisami podstawy programowej.

Wybrany temat projektu daje możliwość integracji następujących przedmiotów:

- języka niemieckiego w zakresie posługiwania się podstawowym zasobem środków językowych w obszarach tematycznych takich jak „Życie codzienne”, „Żywnienie” itd.;
- biologii w zakresie znajomości zasad zdrowego odżywiania się;
- plastyki w zakresie ekspresji twórczej.

### 4.2. Cele szczegółowe

Zakres realizacji wymienionych poniżej celów zależny będzie od wyborów dokonanych na pierwszych spotkaniach projektowych, dotyczących doprecyzowania tematów, form pracy i materiałów, zgodnie z zainteresowaniami uczniów.

### Uczeń biorący udział w projekcie:

- zdobywa informacje dotyczące nawyków żywieniowych oraz zdrowego trybu życia, korzystając z różnorodnych źródeł informacji, zarówno tradycyjnych, jak i elektronicznych;

- wyszukuje i grupuje informacje potrzebne do realizacji poszczególnych zadań w projekcie;
- analizuje skład podstawowych produktów spożywczych, w szczególności owoców i warzyw, oraz ich wartości odżywcze;
- korzysta z komputerowych narzędzi typu Google Drive lub innych;
- przekazuje informacje w formie prezentacji, z zastosowaniem odpowiednich narzędzi technologii informacyjno-komunikacyjnych (TIK);
- planuje i organizuje pracę własną, z uwzględnieniem pracy całej grupy w danym okresie;
- tworzy różne prace plastyczne (plakat, fotografie, kolaż, rysunki, lapbook i in.);
- podejmuje skuteczną współpracę w grupie, rozwija samodzielność;
- poznaje i stosuje sposoby pokonywania trudności i rozwiązywania konfliktów;
- rozwija umiejętności samokontroli, oceniania siebie i innych.

### **W języku niemieckim uczeń:**

- rozumie proste, ilustrowane teksty źródłowe w języku niemieckim;
- nazywa produkty żywnościowe występujące w piramidzie żywienia;
- przedstawia w krótkiej wypowiedzi ustnej ulubione zdrowe produkty żywnościowe;
- uzasadnia w prostych zdaniach, dlaczego warto stosować zasady zdrowego żywienia i stylu życia;
- informuje, z jakich produktów składają się wybrane codzienne posiłki;
- informuje, jakie składniki zawierają wybrane produkty;
- udziela odpowiedzi na pytanie, kiedy i jak często spożywa zalecane produkty;
- informuje, których produktów nie należy jeść zbyt często.

#### **4.2.1. Cele szczegółowe dla uczniów**

Podczas realizacji projektu:

- dowiesz się, co oznacza zdrowy tryb życia;
- porównasz wartości odżywcze produktów, które codziennie jesz;
- będziesz poszukiwał(a) informacji w różnych źródłach;
- skorzystasz z różnych narzędzi informatycznych;
- zaprezentujesz wyniki swojej pracy w grupie;
- zaplanujesz swoją pracę w konkretnym przedziale czasu;
- będziesz współpracował(a) w różnych grupach;
- przekażesz zdobyte informacje w formie prac plastycznych oraz prezentacji;
- ocenisz pracę swoją i innych;
- użyjesz języka niemieckiego do zdobycia informacji na temat zasad zdrowego żywienia;
- przedstawiś krótko w języku niemieckim informacje o wybranych zdrowych i niezdrowych produktach, które są często spożywane przez ciebie i innych.

## **5. Treści kształcenia**

Interdyscyplinarność projektu zakłada równoległą w czasie realizację treści kształcenia z następujących przedmiotów szkolnych: język niemiecki, biologia i plastyka, z jednoczesnym poszerzeniem treści programowych poszczególnych przedmiotów.

## 5.1. Biologia

W projekcie realizowane będą w zakresie biologii następujące treści przewidziane w podstawie programowej dla II etapu kształcenia:

- uczeń przedstawia źródła i wyjaśnia znaczenie składników pokarmowych (białka, cukry, tłuszcze, witaminy, sole mineralne i woda) dla prawidłowego funkcjonowania organizmu;
- uczeń analizuje zawartość witamin (A, D, K, C, B6, B12) i składników mineralnych (Mg, Fe, Ca) w przyjmowanym pożywieniu;
- uczeń uzasadnia konieczność stosowania diety zróżnicowanej i dostosowanej do potrzeb organizmu.

## 5.2. Plastyka

Wymaganie ogólne z zakresu plastyki na II etapie edukacyjnym zakłada doskonalenie umiejętności plastycznych poprzez ekspresję twórczą przejawiającą się w działaniach indywidualnych i zespołowych. W projekcie realizowane będą następujące treści określone w podstawie programowej:

- w zadaniach plastycznych uczeń interpretuje obserwowane przedmioty, motywy i zjawiska, stosując środki wyrazu zgodnie z własnym odczuciem;
- uczeń wyraża w pracach plastycznych uczucia i emocje, ilustruje zjawiska, wydarzenia realne i wyobrażone, rysuje, maluje, tworzy.

## 5.3. Język niemiecki

Podstawa programowa nauczania języków obcych nowożytnych (język obcy nowożytny nauczany jako pierwszy, wariant podstawy programowej II.1 – kontynuacja nauki z klas I–III szkoły podstawowej) przewiduje realizację treści kształcenia w zakresie 14 obszarów tematycznych. Spośród wymienionych w podstawie programowej tematów w projekcie realizowane będą następujące:

- człowiek (np. dane personalne, okresy życia, wygląd zewnętrzny);
- żywienie (np. artykuły spożywcze, posiłki i ich przygotowywanie, nawyki żywieniowe);
- zakupy (np. rodzaje sklepów, towary i ich cechy);
- zdrowie (np. tryb życia, samopoczucie).

Słownictwo, struktury oraz środki językowe i stopień ich opanowania zależą od uczniów, którzy samodzielnie zaplanują wybrane działania w projekcie, zgodnie ze swoimi zainteresowaniami. Można jednak założyć, że pracując w projekcie, uczniowie będą korzystali z następującego słownictwa i struktur:

- produkty żywnościowe występujące w piramidzie żywienia;
- zasady zdrowego żywienia i stylu życia;
- nazwy codziennych posiłków;
- nazwy czynności (przygotowanie posiłków);
- składniki występujące w wybranych zdrowych produktach;
- jednostki miar i wag;
- przysłówki czasu;
- zdania przyczynowe ze spójnikiem *denn*;

- czasowniki modalne *sollen, dürfen*;
- przeczenia *kein, nicht*.

## 6. Charakterystyka odbiorców

### 6.1. Typ szkoły

Szkoły podstawowa (II etap edukacyjny).

### 6.2. Wiek uczniów

Projekt przeznaczony jest dla uczniów w wieku 13–14 lat. Uczniowie w tym wieku znajdują się w istotnej fazie dorastania, nazywanej także wczesną adolescencją. Jest to szczególnie ważny czas w życiu nastolatka. Wyznacza definitywny koniec okresu dzieciństwa i wejście w fazę życia związaną z gwałtownymi na początku oraz głębokimi w dalszej perspektywie zmianami w zakresie funkcjonowania biologicznego, psychicznego i społecznego.

W tym okresie pojawia się nowa forma myślenia: myślenie hipotetyczno-dedukcyjne. Następuje rozwój słownictwa i złożoności języka. Młody człowiek zdecydowanie akcentuje swą odrębność, demonstruje własne postawy i poglądy. Uwaga jego zaczyna koncentrować się na kwestiach związanych z procesem formowania tożsamości. Jednocześnie punkt ciężkości jego aktywności społecznej przesuwają się w kierunku podkreślania przynależności do grupy. Należy również liczyć się z negowaniem opinii dorosłych, gdyż w tym okresie wzrasta niestabilność emocjonalna. Może to wpłynąć na przebieg pracy w grupie i interakcję z nauczycielem. Ze względu na powyższe oraz z uwagi na możliwą konieczność interwencji i rozwiązywania konfliktów czas realizacji projektu może ulec wydłużeniu. Może się również zdarzyć, że nastawienie uczniów do proponowanych treści / zaleceń żywieniowych będzie negatywne. Można wówczas włączyć tych uczniów do planowanej rozmowy z ekspertem lub zaproponować minipracę badawczą pod kierunkiem nauczycieli biologii/chemii, mającą na celu zbadanie składu popularnych fast foodów (Piotrowski, Ziółkowska i Wojciechowska 2014).

### 6.3. Klasa

Projekt przeznaczony jest dla uczniów klas VII, jednak należy pamiętać, że w obrębie każdej grupy klasowej znajdują się uczniowie rocznikowo młodszy oraz starszy.

### 6.4. Zróżnicowanie potrzeb i umiejętności

Każdy z uczniów biorących udział w projekcie będzie mógł znaleźć interesujące go zagadnienia. Istotne jest pozostawienie uczniom możliwości wyboru zarówno szczegółowych tematów pracy w grupie projektowej, sposobu prowadzenia własnych poszukiwań na wybrany temat, jak i sposobu przedstawienia wyników, w tym ekspresji artystycznej.

Praca w zespołach projektowych będzie umożliwiała kształtowanie autonomii uczniów i rozwój następujących kompetencji kluczowych:

- kompetencji w zakresie rozumienia i tworzenia informacji,
- kompetencji w zakresie wielojęzyczności,



- kompetencji w zakresie nauk przyrodniczych,
- kompetencji cyfrowych,
- kompetencji osobistych, społecznych i w zakresie umiejętności uczenia się.

Pozwoli również uczniom ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (SPE) na dostosowanie tempa, metod i form pracy do ich możliwości. Uczeń o wolniejszym tempie pracy, niechętnie pracujący w grupie oraz o innych specyficznych potrzebach (np. niższe niż przeciętne możliwości intelektualne, dysleksja, dysgrafia, dysortografia, dyskalkulia, przewlekle chory, z doświadczeniem migracji, z rodziny niewydolnej wychowawczo), pracując metodą projektu, będzie miał możliwość wyboru roli w grupie i będzie realizował zadania konieczne do osiągnięcia zamierzonych celów (np. zadania plastyczne dla uczniów nieznających języka, wyszukiwanie i gromadzenie informacji dla uczniów często nieobecnych w szkole). Pomocne będzie również współdecydowanie, które zadanie uczniowie chcą wykonać, z kim lubią współpracować, podobnie ważna będzie możliwość negocjowania terminu wywiązania się z zadań. Większe wsparcie nauczyciela może polegać na dostosowaniu materiałów informacyjnych i kart pracy (przykładowo w przypadku dzieci z dysleksją – większa czcionka, zwiększony odstęp między liniami, dla dzieci z doświadczeniem migracji uproszczenie poleceń w języku polskim, ilustracje oraz uproszczenie składni, unikanie związków frazeologicznych, słowniczek terminów). Ponadto należy pamiętać o monitorowaniu pracy grupy, tak aby przeciwdziałać wykluczeniu kogokolwiek z zespołu i wyłączeniu go z pracy w projekcie. Ważne, aby nauczyciele koordynujący przebieg projektu sprawowali nadzór nad podziałem obowiązków między uczniami w ramach projektu, tak aby poszczególne jego elementy nie przerastały możliwości uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.

## 7. Formy i metody realizacji projektu

### 7.1. Formy pracy

Podstawowa metoda pracy to metoda projektowa opierająca się na zasadzie interdyscyplinarności.

Formą pracy zalecaną w projekcie jest przede wszystkim praca w grupach. Uczniowie będą mieli możliwość dobruć się w grupy w zależności od szczególnych zainteresowań (biologia, plastyka itd.) oraz uzdolnień (np. plastycznych czy językowych). Spotkania zespołu projektowego, na których uczniowie przedstawiać będą postępy prac swoich zespołów tematycznych, będą odbywały się regularnie, w terminach, które zostaną zapisane w harmonogramie projektu.

W ramach projektu możliwe będą także konsultacje grupowe oraz – w uzasadnionych przypadkach – indywidualne.

### 7.2. Metody pracy

Realizując zadania projektowe z zakresu biologii, uczniowie poznają różne aspekty zdrowego stylu życia pod kątem biologii człowieka, dbałości o higienę, zdrowia fizycznego i psychicznego, wpływu pożywienia na rozwój człowieka itd. Proponuje się, aby w tym celu wykorzystywać następujące metody i działania:

- zaproszenie na lekcję przyrody specjalisty, który opowie uczniom o zdrowym odżywianiu się lub przeprowadzenie wywiadu z dostępnymi ekspertami w ramach zadań grupowych;
- pogadanka i spotkania ze specjalistami z wykorzystaniem technik i metod kształcenia na odległość (platformy do wideokonferencji – Zoom, Google Meet);
- ułożenie jadłospisu dziennego w zależności od zapotrzebowania kalorycznego osoby w danym wieku;
- organizacja wspólnego wyjścia do pobliskiego sklepu (dla mało licznych grup), gdzie uczniowie mogą fotografować niektóre produkty, informacje o ich składzie, wartościach odżywczych itp.
- Cele z zakresu języka niemieckiego realizowane będą poprzez:
  - pracę indywidualną i grupową nad słownictwem z wykorzystaniem narzędzi TIK (np. Quizlet, Kahoot!, Quizizz, Bamboozle), umożliwiających przeprowadzanie quizów i interaktywnych gier językowych;
  - pracę z ilustrowanymi tekstami źródłowymi;
  - tworzenie listy „zdrowych” zakupów na podstawie wyszukanych w internecie informacji o wartościach odżywczych produktów żywnościowych i ich cen;
  - zabawę w „sklep” ze zdrową żywnością w klasie i podawanie cen produktów;
  - inscenizacje, scenki (z wykorzystaniem dialogów w języku niemieckim, z pozytywnymi i negatywnymi reakcjami językowymi dotyczącymi smaku i wartości produktów);
  - selekcjonowanie zebranych informacji językowych, grupowanie lub kategoryzowanie produktów (np. wg kategorii zdrowe – niezdrowe, spożywane na śniadanie – spożywane na kolację, produkty mięsne – napoje – produkty zbożowe itd.);
  - zabawy słowne (np. „łamańce językowe”), tworzenie rymowanek pomocnych w zapamiętaniu nazw warzyw, owoców i innych produktów;
  - wykorzystanie gotowych lub stworzonych przez uczniów tekstów do rapowania i rytmicznego recytowania lub śpiewania (*jazz chants*).

Cele z zakresu plastyki uczeń realizuje, dobierając różne formy wyrazu artystycznego, pasujące do wybranego tematu i formy pracy, np. poprzez tworzenie plakatów i tablic informacyjnych, ilustrowanie tekstów (książka kucharska, flipbook) / słownictwa (lapbook). Kreatywność i zdolności plastyczne rozwijają się także w czasie układania piramidy żywieniowej z modułów (np. z gotowych elementów, kartonów, itp.), tworzenia plakatów z objaśnieniami uczniów, plakatów interaktywnych (np. stworzonych przy pomocy programu Canva, ThingLink, Glogster). Warto pomyśleć o wzmocnieniu motywacji uczniów i wystawieniu powstałych prac w galerii prac uczniów (dla uczniów szczególnie uzdolnionych rekomenduje się sporządzenie opisów prac w języku niemieckim). Prace plastyczne uczniów mogą być prezentowane również na forum szkoły lub na stronie internetowej szkoły, np. z krótkimi nagraniami uczniów.

W toku pracy w projekcie, niezależnie od przedmiotu wiodącego, z pewnością przydatne będą następujące metody rozwijające kompetencje kluczowe:

- *research* – wyszukiwanie w internecie informacji o wartościach odżywczych „zdrowych” produktów żywnościowych;
- metody stosowane w pracy grupowej, np. burza mózgów, kolektywne pisanie za pomocą platform i aplikacji umożliwiających pracę kooperatywną, czatowanie lub połączenia wideo (Dokumenty Google, Conceptboard, ClickMeeting, Slack, Skype, WhatsApp, Moodle, Popplet lub inne);



- wywiady i ankiety o tematyce projektowej przeprowadzane przez uczniów w szkole i poza nią (możliwe ankiety online z wykorzystaniem np. Formularzy Google);
- przekład intersemiotyczny: tworzenie tekstów i materiałów filmowych, np. reklam zdrowych produktów wraz z podaniem ich zalet dla zdrowia;
- grywalizacja – samodzielne opracowanie gry propagującej wiedzę na temat witamin i wartości odżywczych wybranych produktów, np. układanki, puzzle, gry planszowe, quizy z wykorzystaniem narzędzi TIK (np. Quizizz, Quizlet, Kahoot!, Bamboozle);
- argumentowanie – uzasadnienie doboru potraw i produktów na „talerzu dnia”.

W ramach pracy metodami kooperatywnymi do wsparcia projektu można zaangażować rodziców lub opiekunów uczniów. Właśnie wśród nich mogą znaleźć się specjaliści, którzy mogą przeprowadzić krótką pogadankę na temat typowych potraw śniadaniowych, liczby posiłków itd.

Wspomniane wyżej metody kooperatywne i fakt wspólnego planowania, element pozytywnej współzależności, rozwijają poczucie odpowiedzialności i kompetencje miękkie. Regularne spotkania uczestników projektu związane z konkretnymi etapami projektu, podczas których ustalane lub modyfikowane będą zadania, ich treść, metody pracy, ramy czasowe, sposoby zbierania danych lub ich prezentacji, skład grup przydzielonych do poszczególnych zadań, mają wpływ na uczniowskie kompetencje społeczne i w zakresie umiejętności uczenia się. Uczniowie powinni być zachęceni do stawiania pytań i poszukiwania odpowiedzi. Metodami, które umożliwią realizację tego celu, są np. mapy myśli i dyskusje.

Realizacja celów związanych z umiejętnościami oceniania i samokontroli oraz wyrażania i przyjmowania opinii wymaga opracowania (z pomocą nauczyciela) i wykorzystania narzędzia oceny efektów i procesu pracy grup projektowych. Uczniowie mogą również wypełnić na zakończenie projektu (lub w czasie jego trwania, zwłaszcza jeśli praca w projekcie nie przebiega zgodnie z planem) opracowany wspólnie arkusz samooceny i w ten sposób dokonać ewaluacji danego etapu lub całego projektu, analizy i oceny stopnia realizacji poszczególnych zadań, ustalić przyczyny ewentualnych niepowodzeń i podjąć stosowne działania naprawcze (przy współpracy nauczyciela).

W realizacji celu dotyczącego podejmowania współpracy i rozwijania samodzielności pomocna jest metoda wpływu sytuacyjnego. W ramach tego działania szczególnie miejsce zajmuje przydzielanie funkcji i ról społecznych, kształcąca umiejętności współżycia społecznego i samorządności uczniów. Pełniąc przydzielone funkcje w grupach, uczniowie uczą się podejmowania decyzji, zawierania kompromisów, komunikacji i współodpowiedzialności za efekty pracy.

## 8. Sposób realizacji projektu edukacyjnego

### 8.1. Zainicjowanie projektu

Informacje o projekcie zostaną przekazane uczniom z odpowiednim wyprzedzeniem, np. około miesiąca. Wcześniej utworzona zostanie grupa nauczycieli realizatorów projektu. Nauczyciele ci wspólnie przygotowują informacje do przekazania uczniom (np. metoda projektu i inne metody pracy, proponowane treści i cele, formy pracy, kryteria oceny). Do poinformowania uczniów można wykorzystać media społecznościowe, tablicę informacyjną szkoły, stronę internetową itd. Rodzice/opiekunowie zostaną poinformowani

o zamiarze realizacji projektu podczas zebrań klasowych. W miarę możliwości zapoznają się z istniejącymi przykładami projektów realizowanych wcześniej w szkole.

## 8.2. Spisanie kontraktu

Na pierwszym spotkaniu, pod kierunkiem nauczyciela prowadzącego projekt oraz pozostałych, nastąpi spisanie kontraktu. Po zapoznaniu się z propozycją kontraktu ze strony nauczycieli, uczniowie będą mieli możliwość przedyskutowania jego zapisów, a po ich zaakceptowaniu podpiszą kontrakt.

### Przykład kontraktu

Kontrakt podpisany przez uczniów będzie zawierał następujące informacje (wykropkowaniem oznaczono miejsca do wypełnienia):

Nasz projekt nazywa się: .....

Projekt realizujemy od ..... do .....

Terminy kolejnych etapów: .....

Nasi nauczyciele:

- język niemiecki: .....
- biologia: .....
- plastyka: .....

Koordinator projektu: .....

Nasza klasa/grupa: .....

Będziemy umieli: ..... (umiejętności, cel główny)

Całą klasą/grupą spotkamy się w dniu:

Komunikujemy się ze sobą do godziny .....

Gdy potrzebujemy pomocy, kontaktujemy się z nauczycielami za pomocą: .....

Efekty naszej pracy zaprezentujemy w dniu: .....

Każdy z nas będzie przestrzegać następujących zasad:

- Wykonuję wszystkie zadania w ustalonym terminie.
- Odnoszę się z szacunkiem do nauczycieli i innych uczniów.
- Staram się nie narzucać na siłę moich pomysłów.
- Doceniam wysiłek innych koleżanek i kolegów.
- Współpracuję w grupie z innymi.

Jeżeli nie będę przestrzegać ustalonych zasad, .....

Jestem świadoma(-y), że nieprzestrzeganie ustalonych zasad wpłynie na pracę całej grupy/klasy.

Nasze podpisy: .....

Podpisy nauczycieli: .....

Data: .....

### 8.3. Wybór tematu

Nauczyciele biorący udział w projekcie przedstawią uczniom temat wiodący projektu (zdrowe odżywianie się) oraz ewentualnie związane z nim podtematy (wartości odżywcze produktów, zawartość różnych witamin i skład chemiczny produktów, wartość kaloryczna produktów/posiłków, dieta wegetariańska, zdrowe przepisy itp.). Uczniowie będą mieli możliwość dokonania wyboru spośród zaproponowanych przez nauczyciela zagadnień lub sformułowania własnych, związanych z ich zainteresowaniami. Rolą nauczycieli będzie zainteresowanie uczniów tematem projektu, a także udzielenie im pomocy przy wyborze tematu dla grupy. Po wstępnym zapoznaniu się z zakresem tematycznym projektu, uczniowie podejmą próbę sformułowania „tematu dla siebie”.

### 8.4. Podział na grupy

Po wyborze tematu uczniowie przydzieleni zostaną do zespołów po około 4–5 osób. Uczniowie będą mogli utworzyć grupy zgodnie z wybranymi tematami. W przypadku gdy taki podział okaże się dość trudny lub niemożliwy, przydziału do grup dokonają nauczyciele. Ich rolą będzie zadbanie o to, by wszyscy uczniowie znaleźli dla siebie miejsce w projekcie. Jednocześnie należy zwrócić uwagę na skład grup, tak by był on optymalny pod względem umiejętności i potrzeb uczniów. Na tym etapie uczniowie mogą dokonać również wstępnego przydziału ról (lider, sprawozdawca, sekretarz, poszukiwacz, ew. grafik) i pierwszych zadań dla poszczególnych członków zespołów.

### 8.5. Sformułowanie ogólnych oraz szczegółowych celów projektu

Każda grupa określa swoje cele szczegółowe. Cele przedmiotowe omawia z nauczycielem przedmiotu. Następnie wszystkie cele zostaną zebrane i na ich podstawie zaproponowane wcześniej cele szczegółowe zostaną doprecyzowane (dodane nowe lub niektóre usunięte). Zmiany zapisane zostaną w harmonogramie. Rolą nauczyciela będzie zwrócenie uwagi na spójność celów ogólnych i szczegółowych, elementy kluczowe projektu oraz pomoc w sformułowaniu celów w formie operacyjnej.

### 8.6. Przygotowanie harmonogramu pracy i podział zadań

Nauczyciele wraz z uczniami przygotowują harmonogram pracy i podział zadań. Wzór harmonogramu znajduje się poniżej (miejsca do uzupełnienia oznaczono wykropkowaniem). Niektóre z działań będą miały miejsce w podgrupach (spotkania raz, dwa razy w tygodniu), lecz opracowany zostanie też harmonogram spotkań całej grupy (co najmniej trzy spotkania). Wspólnie przydzielone zostaną role i funkcje pełnione przez uczniów w grupach. Jednocześnie wybrane zostaną osoby odpowiedzialne za poszczególne zadania.

#### Karta projektu

Tytuł projektu: *W naszej kuchni zdrowo jest*

Zespół/grupa:

Podpisy uczniów:

1. ....

1. ....

2. ....

2. ....

3. .... 3. ....

4. .... 4. ....

5. .... 5. ....

Nauczyciel opiekun: .....

Podpis nauczyciela opiekuna: .....

Cel ogólny projektu

1. ....

2. ....

3. ....

Cele grupowe

1. ....

2. ....

3. ....

Etapy realizacji projektu

Działanie

.....

Osoby odpowiedzialne

.....

Termin realizacji

.....

Wykonano / nie wykonano

.....

Komentarz

.....

Spotkania w grupie

Termin

Stan pracy

Problemy

.....

.....

.....

Spotkania całej klasy

Termin

Stan pracy

Problemy

.....

.....

.....

## 8.7. Poszukiwanie źródeł wiedzy

Każda z podgrup zastanowi się nad możliwościami i sposobami szukania informacji na temat projektu. Do tego celu wykorzystane zostaną zasoby szkoły, tzn. pracownia komputerowa, biblioteka szkolna, stołówka, sklepik, ogródek szkolny, pielęgniarka szkolna, ewentualnie inne, w zależności od potrzeb. Pomocni mogą okazać się również rodzice, pracujący w różnych zawodach (np. lekarz, dietetyk, trener, ogrodnik, rolnik, sprzedawca i inni). Warto zwrócić uwagę na lokalne sklepy ze zdrową żywnością, restauracje itp. Nauczyciele realizujący projekt będą udzielali wsparcia w poszukiwaniach, doborze źródeł, narzędzi poszukiwań, precyzowaniu potrzeb, selekcji znalezionej materiału.

## 8.8. Realizacja projektu

Po dokonaniu podziału na grupy zadaniowe, ustaleniu harmonogramu projektu i spisaniu kontraktu, wskazaniu źródeł informacji, uczniowie przystępują do realizacji wybranych lub przydzielonych im zadań. Praca w poszczególnych zespołach ma miejsce w różnych lokalizacjach, np. w bibliotece, na innej lekcji, w domu jednego z uczniów, indywidualnie w internecie, poza szkołą w środowisku lokalnym itp. Może ona dotyczyć zdobywania informacji, dzielenia się nimi w grupie, wykonywania materiałów graficznych, pracy ze słownikiem, dokonywania obliczeń, zdobywania konkretnych przedmiotów, przeprowadzania rozmów, wywiadów, ogólnej organizacji pracy. W trakcie tych działań uczniowie weryfikują słuszność dokonanych wcześniej wyborów i podjętych decyzji organizacyjnych (np. wywiązywanie się z powierzonych zadań, ról).

Jednym z istotnych zadań nauczycieli w trakcie całego projektu będzie prowadzenie bieżącej obserwacji uczniów. Wyniki obserwacji mogą posłużyć do planowania kolejnych kroków (etapów) projektu. Na ich podstawie nauczyciele mogą dokonać niezbędnych zmian w czasie przebiegu projektu. Będą się także włączać w projekt, jeśli uczniowie zgłoszą trudności przy opracowywaniu poszczególnych zagadnień

Pracując w zespołach, uczniowie przygotowują się do spotkania w grupach zadaniowych i prezentacji dotychczasowych wyników pracy. Po dokonaniu (samo) oceny efektów pracy uczniowie nanoszą ewentualne korekty i przystępują do realizacji kolejnych zadań. Częstotliwość spotkań w grupie zadaniowej będzie uzależniona od specyfiki zadań i potrzeb grupy.

W terminie wynikającym z harmonogramu odbywa się spotkanie całej grupy projektowej. W trakcie spotkania nauczyciele wraz z uczniami przyglądają się postępowi w realizacji zadań i dokonują oceny zgodnie z przyjętymi kryteriami. Nauczyciele udzielają informacji zwrotnej dotyczącej jakości powstałych materiałów, terminowości oraz współpracy w grupie.

W trakcie realizacji projektu odbywają się kolejne spotkania poszczególnych podgrup i całej grupy, zgodnie z harmonogramem.

Po zakończeniu realizacji projektu i analizie zebranego materiału uczniowie wraz z nauczycielem koordynatorem zaplanują sposób prezentacji wyników projektu.

## Proponowane formy aktywności w ramach projektu

**Pierwszym etapem realizacji projektu** mogą być projektowe lekcje biologii, na których uczniowie zapoznają się z piramidą zdrowego żywienia.

Nauczyciel może skorzystać z podręcznika szkolnego, z którym uczniowie pracują, z różnych materiałów dodatkowych w wersji drukowanej lub elektronicznej.

Na lekcjach uczniowie zapoznają się z zasadami zdrowego żywienia, zaleceniami dotyczącymi proporcji spożywania danych produktów wraz z uzasadnieniem (składniki, wartości odżywcze i kaloryczne, witaminy).

W kolejnym kroku uczniowie mogą pójść do stołówki lub sklepu szkolnego i porównać menu oraz oferowane produkty z piramidą zdrowego żywienia.

W ramach jednego z zadań domowych przygotowujących do lekcji języka niemieckiego uczniowie mogą np. zrobić zakupy z rodzicami, ułożyć je zgodnie z zasadami przedstawionymi w piramidzie zdrowego żywienia i sfotografować. Zdjęcia te posłużą na lekcji języka niemieckiego jako wstęp do wprowadzenia słownictwa w języku niemieckim.

**Kolejnym etapem realizacji projektu interdyscyplinarnego** mogłyby być projektowe lekcje języka niemieckiego.

## Przykład aktywności na lekcji wprowadzającej

Uczniowie prezentują na początku lekcji zdjęcia zakupionych produktów spożywczych, ułożonych w kształt piramidy. Uczniowie opisują swoje piramidy, wymieniając produkty i nazywając poznane kategorie w języku niemieckim.

Uczniowie mogą wykonać piramidę zdrowego żywienia za pomocą różnych technik w ramach lekcji plastyki. Następnie przygotowują krótką podsumowującą wypowiedź na temat zasad żywienia przedstawionych w piramidzie w języku niemieckim.

**W kolejnych fazach projektu** można skorzystać z następujących propozycji:

1. Spotkanie ze specjalistą z zakresu zdrowego żywienia, który opowie uczniom o zdrowym odżywianiu / przeprowadzenie wywiadu z dostępnymi ekspertami w środowisku lokalnym w ramach zadań grupowych. W przypadku nauczania zdalnego można przeprowadzić pogadankę / spotkanie ze specjalistami z wykorzystaniem technik i metod kształcenia na odległość (platformy do wideokonferencji – Zoom, Google Meet).
2. Witaminy / kolory produktów – praca plastyczna (owoce i warzywa).
3. Uczniowie zapoznają się z zawartością witamin i składników odżywczych w poszczególnych owocach i warzywach na podstawie dowolnego materiału (zapropionowanego w materiałach pomocniczych lub innego). Mogą np. ułożyć jadłospis dla młodzieży szkolnej, w którym uwzględnione będzie dzienne zapotrzebowanie organizmu na witaminy i składniki odżywcze.
4. Przepisy na zdrowe potrawy, wytrawne i słodkie – uczniowie po zebraniu pomysłów i przeprowadzeniu wywiadów zbierają przepisy do własnej książki kucharskiej.



5. *Meine Frühstücksbox – Was esse ich in der Pause? Welche Vitamine enthalten die Produkte, die ich esse? Esse ich gesund oder ungesund?* – uczniowie opisują w języku niemieckim produkty, które przynieśli dziś do szkoły na drugie śniadanie. Mogą również podać informacje na temat witamin i składników (zadanie o większym stopniu trudności). Uczniowie mogą wykonać lapbooka lub w wersji zdalnej flipbooka z odpowiedziami na podane pytania w języku niemieckim.
6. *Der tägliche Kalorienbedarf – Wie viele Kalorien pro Tag brauchen Kinder / Jugendliche / Erwachsene / Sportler?*

## 8.9. Prezentacja efektów pracy

Efekty pracy uczniów zostaną zaprezentowane na zakończenie projektu (po 4–6 tygodniach od jego rozpoczęcia). Każda z podgrup sama zaproponuje sposób prezentacji wyników projektu. Wśród zaproponowanych przez uczniów form mogą pojawić się następujące: galeria prac plastycznych, prezentacja multimedialna, film, inscenizacja, krótkie scenki dialogowe, akcja informacyjna na terenie szkoły o zdrowym trybie życia. Wszystkie materiały, w miarę możliwości i potrzeb, zostaną zaprezentowane w języku polskim i/lub obcym. Każdy uczestnik danej grupy będzie zobowiązany do aktywnego udziału w prezentacji wyników swojej grupy. Na zakończenie nastąpi omówienie mocnych i słabych stron zaprezentowanych prac oraz indywidualnego wkładu uczniów.

## 9. Ocenianie

Po każdej fazie projektu nastąpi etap refleksji. Uczniowie będą zapisywali w dzienniczku refleksji odpowiedzi na następujące pytania:

1. Jak oceniam moje dotychczasowe zaangażowanie w realizację projektu?
2. Czego dowiedziałam(-em) się w tej fazie projektu?
3. Co było łatwe, a co sprawiło mi trudność?
4. Czy praca w grupie przyniosła oczekiwane rezultaty?
5. Co było najciekawsze?

Na zakończenie projektu uczeń dokona samooceny oraz oceny innych uczestników projektu pracujących z nim w jednej grupie. Uczniowie oceniają się na podstawie następujących kryteriów:

1. Wiem, co oznacza zdrowy tryb życia (1–2–3–4–5);
2. Potrafię porównać wartości odżywcze produktów, które codziennie jem (1–2–3–4–5);
3. Potrafię wyszukać potrzebne informacje w różnych źródłach (1–2–3–4–5);
4. Potrafię wykorzystać różne narzędzia informatyczne (1–2–3–4–5);
5. Potrafię zaprezentować wyniki pracy mojej i grupy (1–2–3–4–5);
6. Potrafię planować swoją pracę w konkretnym przedziale czasu (1–2–3–4–5);
7. Potrafię współpracować w grupie (1–2–3–4–5);
8. Potrafię ocenić pracę swoją i innych (1–2–3–4–5);

9. Potrafię zdobyć informacje na temat zasad zdrowego żywienia w języku niemieckim (1–2–3–4–5);
10. Potrafię krótko przedstawić w języku niemieckim informacje o wybranych zdrowych i niezdrowych produktach, które są często spożywane przeze mnie i innych (1–2–3–4–5).

Powyższą listę kryteriów oceniania należy rozszerzyć o kryteria dotyczące poszczególnych przedmiotów i wybranych przez uczniów tematów.

Po dokonaniu samooceny i zebraniu wyników nauczyciel udziela każdemu uczniowi informacji zwrotnej i wystawia ocenę końcową (według tych samych kryteriów). Ocena ta zostanie przypisana do jednego, dwóch lub trzech przedmiotów w zależności od tematu wiodącego prac podgrupy. W zależności od systemu oceniania i ustaleń nauczycieli przed rozpoczęciem projektu, powinny to być oceny od dobrej wzwyż.

## 10. Ewaluacja projektu

Ostatnim etapem projektu będzie jego ewaluacja. Zespół nauczycieli w oparciu o samooceny i oceny uczniów, ocenę działań i aktywności, prezentacji oraz innych efektów projektu, rozmowy z uczniami oraz własne refleksje dokonuje podsumowania w postaci analizy SWOT (od ang. *strengths, weaknesses, opportunities, threats*). Nauczyciele biorą przy tym pod uwagę następujące aspekty:

- rezultaty/korzyści z projektu (np. poszerzenie wiedzy, nabycie nowych umiejętności, zmiana postaw uczniów);
- wpływ projektu (możliwe zmiany, np. lepsze menu w stołówce, zdrowsze produkty w sklepiku, zdrowsze produkty na drugie śniadanie w szkole);
- organizacja projektu (sposób przygotowania uczniów, wykorzystanie zasobów, współpraca środowiska, zaangażowanie ze strony szkoły).

Do ewaluacji można także przygotować ankietę dla uczniów z pytaniami otwartymi. Po dokonaniu analizy mocnych i słabych stron projektu nauczyciele w zespole projektowym formułują wnioski, które udostępniają społeczności szkolnej.

## 11. Materiały pomocnicze

### Materiały w języku polskim

- [Film edukacyjny ze Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej dotyczący wartości odżywczych codziennych pokarmów i ich wpływu na nasze zdrowie oraz ćwiczenia interaktywne do filmu](#) (dostęp 18.02.2022).
- Jefimow M., 2020, *Puls życia. Podręcznik do biologii dla klasy siódmej szkoły podstawowej*, Warszawa: Nowa Era.
- [Piramida Zdrowego Żywienia i Stylu Życia Dzieci i Młodzieży](#) (dostęp 18.02.2022).
- [Zalecenia dotyczące zasad zdrowego żywienia w formie Talerza Zdrowego Żywienia](#) (dostęp 18.02.2022).

## Materiały w języku niemieckim

- [Piramida zdrowego żywienia dzieci, zapotrzebowanie energetyczne w zależności od wieku, zdrowe przepisy \(\*Ernährungspyramide für Kinder\*\) oraz karta pracy do piramidy zdrowego żywienia](#) (dostęp 18.02.2022).
- [Informacje na temat zawartości witamin w poszczególnych produktach, podane w sposób przystępny dla dzieci \(\*Vitamine für Kinder\*\)](#) (dostęp 18.02.2022).
- [Strona \*Bundeszentrale für politische Bildung\*: interaktywny „codzienny talerz” \(\*Teller für einen Tag\*\) oraz informacja dotycząca zawartości spożywanych produktów z podziałem na białka, tłuszcze i kalorie. Możliwość porównania talerzy mieszkańców innych państw lub kontynentów](#) (dostęp 18.02.2022).
- [Krótki film animowany w języku niemieckim na temat właściwego odżywiania się \(\*Essen und Trinken\*\)](#) (dostęp 18.02.2022).
- [Film \*Przygoda z jedzeniem, cz. 1 \(Abenteuer Essen. Teil 1\)\*](#) (dostęp 18.02.2022).
- [Propozycja wykonania przez uczniów własnej piramidy zdrowego żywienia](#) (dostęp 18.02.2022).

## Materiały dodatkowe

- [Informacje o zasadach pracy projektowej i wskazówki dla nauczycieli realizujących różne projekty. Projekt Szkoła z Klasą](#) (PDF, 439 KB; dostęp 18.02.2022).
- [Przykład projektu edukacyjnego Uniwersytetu Dzieci w Klasie](#) (dostęp 18.02.2022).
- [Tołwińska-Królikowska E. \(red.\), \*Kompetentni nauczyciele i uczniowie. Rozwijanie kompetencji kluczowych w małej szkole\*, Warszawa: Federacja Inicjatyw Oświatowych.](#)

## 12. Bibliografia

Piotrowski K., Ziólkowska B., Wojciechowska J., 2014, *Rozwój nastolatka. Wczesna faza dorastania*, Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.

Rękosiewicz M., Jankowski P., 2014, *Rozwój dziecka. Środkowy wiek szkolny*, Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej, Dz. U. 2017, poz. 356 z późn. zm.

### 12.1. Zasoby ORE

ORE, 2017, *Cechy rozwoju dziecka w IV–VI. Jak przebiega rozwój młodszego nastolatka*, [bezpiecznaszkola.men.gov.pl](http://bezpiecznaszkola.men.gov.pl) (PDF, 394 KB; dostęp 18.02.2022).

[Programy nauczania dla uczniów szkoły podstawowej](#) (dostęp 18.02.2022).

Sieńczewska M., Sobierańska D., Radwańska M., [Edukacja artystyczna w edukacji najmłodszych uczniów szkoły podstawowej](#) (PDF, 1736 KB), Warszawa: ORE.

**Regina Strzemeska** – magister filologii germańskiej. Pracowała kolejno na stanowisku nauczyciela języka obcego w Zespole Szkół Ekonomicznych w Toruniu, Biurze Projektów jako tłumacz języka technicznego oraz lektorka języka niemieckiego na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika – Studium Praktycznej Nauki Języków Obcych. W 2004 roku podjęła współpracę z Katedrą Filologii Germańskiej, koordynując zajęcia dotyczące metodyki nauczania języka niemieckiego i prowadząc zajęcia w ramach Podyplomowego Studium dla nauczycieli języka niemieckiego. W ramach aktywności zawodowej prowadzi intensywną działalność popularyzatorską języka niemieckiego oraz edukatorską jako edukatorka nauczycieli języka niemieckiego, trenerka edukacji globalnej i międzykulturowej, koordynatorka projektów i organizatorka szkoleń dla nauczycieli. Jest także współautorką programów nauczania, podręczników, materiałów do nauczania języka niemieckiego oraz artykułów i publikacji z zakresu metodyki nauczania języka obcego.

**Iwona Kretek** – mgr filologii germańskiej, wykonuje zawód nauczyciela języka niemieckiego od 1987 roku. Ukończyła kursy edukatorskie dla nauczycieli języka niemieckiego (Goethe-Institut), studia podyplomowe w zakresie kształcenia dorosłych (WSP Kielce / AEB Luzern) oraz kurs kwalifikacyjny z zakresu zarządzania oświatą. Ponadto odbyła ponad 60 różnych form doskonalenia zawodowego w zakresie dydaktyki nauczania języka niemieckiego, w kraju i za granicą. Prowadziła liczne formy doskonalenia zawodowego dla nauczycieli j. niemieckiego, realizowała projekty dydaktyczne w Polsce i w Niemczech, uczestniczyła w wizytach studyjnych. Pełniła funkcję kierownika praktyk pedagogicznych w NKJO w Bydgoszczy, koordynatora projektu Delfort. Obecnie pełni funkcję doradcy w Mediatece Goethe-Institut przy PBW w Bydgoszczy.