

# INNOWACJA METODYCZNA



# *Kreatywny umysł*

*Izabela Gutowska*

***Ciechocin, 02.11.2022r.***

## KARTA INNOWACJI

### Informacje wstępne:

**Tytuł:** „Kreatywny Umysł”

**Autor/realizator:** *Izabela Gutowska*

**Rodzaj innowacji:** metodyczna

**Istota innowacji:** podniesienie kompetencji uczenia się

### Uzasadnienie podjęcia innowacji:

Problemem uczniów jest samodzielne i efektywne uczenie się. Uczniowie nie potrafią zarządzać sobą w czasie, nie prowadzą efektywnych notatek, nie stosują mnemotechnik, nie są w stanie skutecznie (efektywnie i legalnie) korzystać z potencjału Internetu. Innowacja „Kreatywny Umysł” jest odpowiedzią na wyzwania, jakie stawia współczesny świat młodym ludziom. Dzięki niej uczniowie rozwiną kreatywne myślenie, nauczą się technik wzmacniających pamięć i koncentrację, zdobędą pozytywne skojarzenie z procesem uczenia się. Ponadto rozwiną swoją uważność i nauczą się technik oddechowych sprzyjających pracy mózgu. Efektem będzie wzrost motywacji do nauki, zredukowanie poziomu stresu przed klasówkami oraz zwiększenie poczucia ich własnej wartości.

### Opis innowacji:

#### **I. Wstęp**

Innowacja „Kreatywny Umysł” jest odpowiedzią na wyzwania, jakie stawia współczesny świat młodym ludziom. Obecnie, w dobie ciągłego rozwoju technologicznego i faktu, że nieustannie powstają nowe zawody i stanowiska, kompetencjami przyszłości są kreatywność i umiejętność uczenia się nowych rzeczy. Pandemia koronawirusa pokazała, że tylko elastyczność, gotowość do zmian i ciągły rozwój pozwalają człowiekowi przetrwać krytyczne momenty. Wobec szerokiego dostępu do informacji, najważniejsze staje się nie jej zdobycie, ale odpowiednie wykorzystanie. Zdalne nauczanie i zamknięcie szkół skutkowało często spadkiem motywacji uczniów do nauki i obniżeniem ich samooceny. Konieczna staje się więc próba zmienienia kierunku myślenia uczniów na: „mogę, potrafię i chcę podjąć wysiłek lub nauczyć się nowej rzeczy”. Dlatego główną przyczyną opracowania innowacji jest potrzeba zapoznania się z technikami efektywnej nauki oraz wykształcenia w uczniach postawy otwartości, ciekawości oraz kreatywnego i rozwojowego myślenia.

## II. Założenia ogólne

Adresatami innowacji są *uczniowie klasy 5b. Czas realizacji innowacji obejmuje rok szkolny 2022/23 z możliwością jej kontynuowania w następnym roku.*

Zajęcia innowacyjne odbywać się będą:

- ✓ *na 13 wybranych jednostkach lekcyjnych w ramach godzin z wychowawcą od początku grudnia 2022 do końca czerwca 2023;*

Niniejsza innowacja ma na celu nauczenie korzystania z technik pamięciowych, rozwijanie kreatywnego myślenia uczniów oraz wspieranie koncentracji i uważności. Ma ona zachęcać i motywować uczniów do poznania technik wspomagających efektywną naukę oraz rozwój kompetencji przyszłości np. innowacyjności i przedsiębiorczości.

Scenariusze zajęć są zaczerpnięte z „Podręcznika Trenera Kreatywnego Umysłu” autorstwa Olgi Woj oraz szkolenia ”Teach with a twist! Motivate your students with creative teaching strategies”, odbytego w ramach projektu Erasmus+ KA101 „Nowe kompetencje językowe i metodyczne kadry SP im. O. Kolberga filarem rozwoju międzynarodowego placówki”.

## III. Cele innowacji

**Cel ogólny:** Podniesienie kompetencji uczenia się poprzez zapoznanie uczniów z technikami wspomagającymi efektywną naukę oraz rozwój kompetencji przyszłości: kreatywności, innowacyjności i przedsiębiorczości.

**Cele szczegółowe:**

- ✓ Uczniowie omawiają, jak zmienia się mózg podczas nauki.
- ✓ Uczniowie ćwiczą swoją wytrwałość i rozwojową postawę, wykonując zadania wymagające i trudne.
- ✓ Uczniowie wyjaśniają, co jest przejawem kreatywnego umysłu.
- ✓ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez ćwiczenia zwiększające kreatywność i koncentrację.
- ✓ Uczniowie tworzą własne mapy myśli zgodnie z przedstawionymi im zasadami.
- ✓ Uczniowie stosują nowopoznane mnemotechniki (Zakładki Osobiste, Pałac Pamięci, skojarzenia, piktogramy, Łańcuchowa Metoda Zapamiętywania, prawo powtórek oparte na Metodzie Pięciu Żołądków).
- ✓ Uczniowie stosują nowo poznaną technikę służącą organizowaniu nauki – sesje Pomodoro.
- ✓ Uczniowie stosują nowo poznaną technikę służącą koncentracji – Technikę Pomarańczy.
- ✓ Uczniowie stosują techniki relaksacyjne i oddechowe w celu redukcji napięcia i stresu.

- ✓ Uczniowie doskonalą stosowanie poznanych wcześniej mnemotechnik.
- ✓ Uczniowie budują pozytywne konotacje z nauką i wysiłkiem umysłowym.
- ✓ Uczniowie oswajają się z poczuciem porażki i popełniania błędów.
- ✓ Uczniowie rozróżniają pesymistyczną i optymistyczną postawę wobec życia.
- ✓ Uczniowie rozwijają optymistyczne nastawienie.
- ✓ Uczniowie integrują się z pozostałymi, biorąc udział w grach uczących zaufania i pracy w grupie.

#### **Kompetencje kluczowe rozwijane podczas zajęć:**

- ✓ Kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji,
- ✓ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się,
- ✓ Kompetencje obywatelskie,
- ✓ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.

(Cele szczegółowe oraz kompetencje kluczowe przypisane do każdej z lekcji znajdują się w Załączniku nr 1.)

#### **IV. Tematyka zajęć i informacja o ich organizacji:**

- 1. Zagadnienia** zostały opracowane w oparciu o „Podręcznik Trenera Kreatywnego Umysłu” autorstwa Olgi Woj. Składają się z 4 wątków tematycznych, na których omawiane są następujące zagadnienia:
  - ✓ Nauka kreatywności,
  - ✓ Sztuka mindmappingu,
  - ✓ Pamięć i mnemotechniki,
  - ✓ Postawa wobec porażek.
- 2. Adresaci:** Uczniowie klasy 5b.
- 3. Zajęcia innowacyjne** odbywać się będą jako element obowiązkowych lekcji podczas godziny wychowawczej.
- 4. Harmonogram innowacji:**
  - ✓ Rekrutacja: listopad 2022;
  - ✓ Prowadzenie zajęć: grudzień- czerwiec 2022/2023;
  - ✓ Ewaluacja: czerwiec 2023.
- 5. Osoba prowadząca zajęcia:** *Izabela Gutowska*

#### **V. Przewidywane osiągnięcia:**

- ✓ Uczniowie znają i stosują techniki uczenia się;
- ✓ Uczniowie tworzą własną strategię uczenia się (dobierają techniki dopasowane do ich preferencji i konkretnych potrzeb);

- ✓ Uczniowie osiągają wyższe wyniki w nauce;
- ✓ Uczniowie rozwijają kreatywność i poprawiają swoją koncentrację;
- ✓ Uczniowie zdobywają wiedzę na temat pracy mózgu;
- ✓ Uczniowie oswajają się z poczuciem porażki i prawidłowo sobie z nią radzą;
- ✓ Uczniowie wiedzą, jak regulować wysoki poziom napięcia i stresu;
- ✓ Uczniowie znają ćwiczenia oddechowe sprzyjające uczeniu się i ogólnemu funkcjonowaniu mózgu.

## **VI. Ewaluacja:**

- ✓ Ankieta ewaluacyjna dla uczniów;
- ✓ Test pamięciowy wykonany przez uczniów przed innowacją i po przeprowadzonej już innowacji;
- ✓ Analiza wybranych wyników w nauce (*j. angielski*).

Szczegółowa analiza wyników ankiet i przeprowadzonych rozmów pozwoli ocenić stopień realizacji zamierzonych celów. Działania te pomogą wyciągnąć wnioski, zaplanować pracę i ewentualnie zmodyfikować metody pracy. Podjęta zostanie także decyzja o kontynuacji innowacji w następnych latach.

Wszystkie wyniki i uwagi zostaną opracowane w sprawozdaniu oraz udostępnione dyrektorowi szkoły w *czerwcu 2023 r.*

## **VII. Podsumowanie**

Niniejsza innowacja ma na celu zaprezentowanie korzyści płynących ze stosowania treningu kreatywności, uważności, koncentracji i technik efektywnego zapamiętywania. Są to ważne umiejętności, które można wykorzystać na każdym przedmiocie i na każdym etapie nauczania. Znajomość technik zawartych w innowacji znacząco podniesie także psychiczny komfort uczniów i zwiększy chęć uczęszczania do szkoły. Kreatywny Umysł kreuje optymistyczną postawę ucznia nastawioną na rozwój, a także normalizuje doświadczenie porażki, która jest nieodłącznym elementem nauki. Dzięki tym innowacyjnym zajęciom uczniowie ćwiczą i rozwijają swoje kompetencje miękkie, stając się potencjalnie lepszymi pracownikami w przyszłości.

## Załącznik nr 1

Temat i numer zajęć	Cele szczegółowe	Kompetencje kluczowe rozwijane podczas zajęć
<b>Pamięć i kreatywność</b>		
Spotkanie 1 Kreatywny umysł – dlaczego warto go mieć?	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie omawiają, jak zmienia się mózg podczas nauki.</li> <li>▪ Uczniowie ćwiczą swoją wytrwałość, wykonując zadania wymagające i trudne.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji.</li> </ul>
Spotkanie 2 Kreatywny, czyli jaki?	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie wyjaśniają, co jest przejawem kreatywnego umysłu.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez wykonywanie ćwiczeń rozwijających kreatywność.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji,</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.</li> </ul>
Spotkanie 3 Kreatywność i pamięć – nierozzerwalny duet	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie stosują nowo poznaną technikę pamięciową – Zakładki Osobiste.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez wykonywanie ćwiczeń rozwijających kreatywność.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.</li> </ul>
Spotkanie 4 Pamięć – obraz + akcja	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie stosują nowo poznaną technikę pamięciową – Pałac Pamięci.</li> <li>▪ Uczniowie tworzą własne zakładki pamięciowe.</li> <li>▪ Uczniowie budują pozytywne konotacje z nauką i wysiłkiem umysłowym.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji.</li> </ul>
Spotkanie 5 Kto chce zamieszkać w moim Pałacu?	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie ćwiczą poznane wcześniej mnemotechniki w procesie nauczania.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez wykonywanie ćwiczeń rozwijających kreatywność.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.</li> </ul>
Spotkanie 6 Wielka moc małego obrazu	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie stosują nowo poznaną technikę pamięciową – piktogramy.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez wykonywanie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.</li> </ul>

	ćwiczeń rozwijających kreatywność.	
Spotkanie 7 Mapa moich myśli	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie stosują nowo poznaną technikę pamięciową – mapę myśli – zgodnie z przedstawionymi im zasadami.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez wykonywanie ćwiczeń rozwijających kreatywność.</li> <li>▪ Uczniowie budują pozytywne konotacje z nauką i wysiłkiem umysłowym.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.</li> </ul>
Spotkanie 8 Kim jest optymistą?	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie tworzą własne mapy myśli.</li> <li>▪ Uczniowie oswiają się z poczuciem porażki.</li> <li>▪ Uczniowie rozróżniają pesymistyczne i optymistyczne wyróżniki.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez wykonywanie ćwiczeń rozwijających kreatywność.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.</li> </ul>
Spotkanie 9 Dzięki porażkom mogę odnosić sukcesy	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie stosują nowo poznaną technikę pamięciową – łańcuchowa Metoda Zapamiętywania.</li> <li>▪ Uczniowie tworzą własne mapy myśli.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają optymistyczną postawę.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez wykonywanie ćwiczeń rozwijających kreatywność.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.</li> </ul>
Spotkanie 10 Mózg lubi rzeczy trudne!	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie integrują się, biorąc udział w grach integracyjnych.</li> <li>▪ Uczniowie doskonają stosowanie mnemotechnik.</li> <li>▪ Uczniowie budują pozytywne konotacje z nauką i wysiłkiem umysłowym.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez wykonywanie ćwiczeń rozwijających kreatywność.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje obywatelskie.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.</li> </ul>

Spotkanie 11 Czy wiedziałeś, że...? – Międzynarodowe Targi Ciekawostek	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie stosują nowo poznaną technikę pamięciową – prawo powtórek oparte na Metodzie Pięciu Żołądków.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez ćwiczenia zwiększające koncentrację.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> </ul>
Spotkanie 12 Twoja przygoda dopiero się zaczyna	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uczniowie integrują się, biorąc udział w grach integracyjnych.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez wykonywanie ćwiczeń rozwijających kreatywność.</li> <li>▪ Uczniowie rozwijają swój mózg poprzez ćwiczenia zwiększające koncentrację.</li> <li>▪ Uczniowie stosują nowo poznaną technikę służącą organizowaniu nauki – sesje Pomodoro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.</li> <li>▪ Kompetencje obywatelskie.</li> <li>▪ Kompetencje w zakresie przedsiębiorczości.</li> </ul>
<b>Uważność i koncentracja</b>		
Spotkanie 1 Czy oddychania trzeba się uczyć?	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>
Spotkanie 2 Skupmy się na wzroku	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>
Spotkanie 3 Uważne słuchanie	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>
Spotkanie 4 Magia zapachów – do czego służy nos?	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>
Spotkanie 5 Ciekawe, jak to smakuje	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>
Spotkanie 6 Z umysłu do ciała – jestem jak płynąca rzeka	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>
Spotkanie 7 Moje spokojne serce	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>
Spotkanie 8 Koncentracja na zawołanie	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>
Spotkanie 9 Łącząc obie strony mózgu	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪</li> </ul>