

Głęboki oddech

1	Cele ogólne: • Definiowanie lęku, reakcji, samoregulacji, oddychania • Wzmacnianie rozumienia funkcji ciała migdałowatego i kory mózgowej • Rozwijanie rozumienia związków między układem oddechowym a mózgiem • Rozwijanie przedsiębiorczości • Rozpoznawanie możliwości zmiany przeznaczenia materiałów • Pogłębianie zrozumienia związków przyczynowo-skutkowych • Rozwijanie umiejętności prognozowania (tworzenia hipotez) • Rozwijanie motoryki małej
2	Słownictwo - słowa-klucze płuca, przepona, oddychanie
3	Kompetencje do zrównoważonego rozwoju • Myślenie systemowe • Kompetencje antycypacyjne • Kompetencje normatywne • Kompetencje strategiczne • Kompetencje współpracy w zespole • Myślenie krytyczne • Samoświadomość
4	Filary zrównoważonego rozwoju • Ekonomiczny • Środowiskowy • Społeczny
5	Dziedziny STEAM S, T, M



Co-funded by
the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

6	Metodyka nauczania/ przebieg aktywności Zajęcia najlepiej przeprowadzić podczas jesiennej równonocy (21-23 września). Nauczyciel aktywuje wcześniejszą wiedzę, pytając dzieci o oddychanie. • Dlaczego oddychamy? • Jak oddychamy? • Jakie nazywają się części ciała, które pomagają nam oddychać? • Jak się czujemy, kiedy zwracamy uwagę na oddech? • Jak się czujemy, gdy siedzimy nieruchomo i bierzemy kilka głębokich oddechów? • Jak myślicie, co dzieje się w naszym mózgu, gdy bierzemy kilka głębokich oddechów? • Jak wyglądają nasze płuca i przepona, kiedy bierzemy głęboki oddech? Tutaj nauczyciel pokazuje dwuwymiarową reprezentację układu oddechowego człowieka i pyta: • Jakie materiały moglibyśmy wykorzystać, aby stworzyć model ludzkiego układu oddechowego? • Dzieci tworzą model układu oddechowego człowieka wykorzystując różnorodne materiały (zmieniając ich pierwotne przeznaczenie - materiały z recyklingu)
7	Oczekiwane efekty uczenia się Dziecko: • zdobywa głębsze rozumienie układu oddechowego i jego związków z działaniem mózgu - potrafi wyjaśnić własnymi słowami; • zdobywa głębsze rozumienie korzyści budowania modelu; • staje się bardziej świadome siebie
8	Ewaluacja Poszukiwanie „okazji edukacyjnych” w ciągu dnia pracy i aktywności do badania związków między ciałem migdałowatym a korą mózgową; używanie metod zabawowych do animowania modelu (personalizacja w zabawach darmowych).
9	Materiały i wyposażenie potrzebne do przeprowadzenia zajęć (narzędzia, składniki itp.) • twarde plastikowe butelki, plastikowe opaski/ gumki, balony, rurki
10	Otoczenie, w którym mają być przeprowadzone zajęcia: W dowolnym miejscu



11**Literatura - źródła:**

<https://www.sciencebuddies.org/stem-activities/lung-model>



**Co-funded by
the European Union**

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.