

ZESPÓŁ SZKÓŁ GASTRONOMICZNO-SPOŻYWCZYCH
W OLSZTYNIE

„SZKOŁA DOBRYCH NAWYKÓW”

AUTORSKI PROGRAM EDUKACYJNO-WYCHOWAWCZY
DLA UCZNIÓW ZSG-S W OLSZTYNIE
ROK SZKOLNY 2017/18

OPRACOWAŁA: PATRYCJA LIPIŃSKA

Jesteśmy tym, co nieustannie robimy.

Doskonałość nie jest więc działaniem - jest nawykiem.

Arystoteles

SPIS TREŚCI

1. Wstęp	3
2. Cele programu	3
3. Charakterystyka i opis programu	4
4. Procedury osiągnięcia celów	5
5. Oczekiwane efekty	8
6. Ewaluacja programu	9
7. Bibliografia	9

1. Wstęp

„Zwycięzanie jest nawykiem. Niestety, przegrywanie także” - Vince Lombardi (legendarny trener futbolu amerykańskiego).

Wszystko, co robimy, mówimy, jak myślimy jest efektem nawyku. Całe nasze życie składa się z pewnych nawyków. To one decydują o tym, kim jesteśmy i czy osiągamy zakładane cele. Jednak w każdym momencie można nauczyć się jak być lepszym. Jedyne, co trzeba zrobić, to zmienić nawyki, którym pozwalamy sobą kierować. Warto więc zastanowić się nad tym, które nawyki są dobre i nadają jakość naszemu życiu, a które przeciwnie- są złe i warto je wyeliminować.

Prezentując niniejszy autorski program pragnę zaprosić wszystkich Nauczycieli a przede wszystkim Wychowawców ZSG-S w Olsztynie do współpracy oraz podjęcia wyzwań wychowawczych poprzez realizację zadań wskazanych w programie. Zachęcam również do dzielenia się uwagami i spostrzeżeniami w trakcie oraz po jego ewaluacji. Mam nadzieję, że plan w nim zawarty nie tylko ułatwi nam pracę, ale także przysporzy wielu nowych doświadczeń zawodowych oraz przyczyni się do osiągnięcia sukcesów wychowawczych.

2. Cele programu

Cele główne:

- Kształtowanie dobrych nawyków wśród uczniów oraz eliminowanie złych.
- Zminimalizowanie problemów wychowawczych związanych z nieodpowiednim zachowaniem uczniów.
- Poprawa jakości pracy szkoły poprzez sprawniejsze funkcjonowanie uczniów w klasie, szkole i środowisku pozaszkolnym.

Cele szczegółowe:

- Zapoznanie uczniów z zasadami dobrego wychowania oraz wdrażanie do ich przestrzegania.
- Zmniejszenie ilości konfliktów w grupie.
- Przestrzeganie norm społecznych i zasad kultury.

- Uwrażliwienie na kulturalny sposób bycia.
- Kształcenie umiejętności kulturalnego uczestnictwa w rozmowie.
- Rozbudzanie zainteresowania własnym zdrowiem i rozwojem poprzez aktywność ruchową.
- Poszerzenie wiedzy na temat zasad higieny (rozumienie znaczenia czystości dla zdrowia człowieka).
- Podkreślenie związku pomiędzy kulturą osobistą (zachowaniem) a postrzeganiem nas przez innych.
- Poznanie i przestrzeganie warunków bezpieczeństwa podczas ćwiczeń, zabaw ruchowych i gier sportowych, zarówno w szkole, jak i w domu (zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu).

3. Charakterystyka programu

„Szkola dobrych nawyków”- to program edukacyjno-wychowawczy z zakresu edukacji kulturalno-społecznej, poświęcony głównie zasadom właściwego zachowania uczniów w środowisku szkolnym, ale także zasadom savoir vivre w różnych sytuacjach życia.

Program jest skierowany do uczniów Zespołu Szkół Gastronomiczno-Spożywczych. Powstał w wyniku spostrzeżeń i obserwacji zachowań uczniów w ciągu ostatnich lat, rozmów z nauczycielami, wychowawcami oraz samymi uczniami a także potrzebą wniesienia zmian w tej kwestii i nieustannej pracy w kształtowaniu dobrych nawyków.

Koncepcja programu zakłada jego realizację podczas zajęć z wychowawcą. Jest to próba wyjścia naprzeciw głównym problemom, z jakimi boryka się nauczyciel, wychowawca w bezpośrednim kontakcie z uczniami. Zagadnienia prezentowane w niniejszym programie mają ścisłe powiązanie ze Szkolnym Programem Wychowawczym i Szkolnym Programem Profilaktyki, stanowią uzupełnienie i rozszerzenie realizowanych w nich treści. Koordynatorem działań objętych programem jest autor programu.

Tematyka programu odwołuje się do 5 głównych problemów wychowawczych:

- okazywanie szacunku innym;
- kultura słowa;
- odpowiedni strój do szkoły w tym na uroczystości szkolne;

- punktualność;
- samodyscyplina.

4. Procedury osiągnięcia celów

Program tworzy zbiór 25 zagadnień, które można wykorzystać podczas zajęć z wychowawcą (Tab. Nr 1).

Tabela nr 1

Tematyka	Główne zagadnienia
1) Okazywanie szacunku innym	1. Odpowiednie zachowanie wobec osób starszych – nauczycieli, pracowników szkoły. 2. Zachowanie na lekcji, przerwie. 3. Stosunek do koleżanek, kolegów. 4. Postawy negatywne. 5. Sposoby rozwiązywania konfliktów.
2) Kultura słowa	6. Wzbogacanie słownictwa jako forma dbałości o kulturę słowa. 7. Destrukcyjna rola agresji słownej. 8. Zasady kulturalnej rozmowy. 9. Umiejętność dyskusji. 10. Zwroty, które sprawiają przyjemność.
3) Odpowiedni ubiór	11. Ubiór na różne okazje. 12. Strój codzienny ucznia. 13. Strój galowy do szkoły. 14. Takt w ubieraniu, dobór barw i dodatków ze względu na okoliczności. 15. Higiena ubioru.
4) Punktualność	16. Moje prawa i obowiązki w szkole i w domu. 17. Punktualność. 18. Pojęcia: regulamin, konstytucja, konwencja, umowa. 19. Kultura a prawa i obowiązki. 20. Respektowanie własnych praw i praw innych.
5) Samodyscyplina	21. Nawyki ludzi sukcesu. 22. Jak uniknąć plagiatu? 23. Sztuka panowania nad sobą. 24. Asertywność, wyrażanie własnych; przekonań, niezależnie od oczekiwań innych ludzi. 25. Uzasadnianie własnych sądów.
Podsumowanie	Ewaluacja realizacji programu - przeprowadzenie konkursu wiedzy na temat savoir vivre.

Wykaz załączników (na mobilnym urządzeniu USB)

Scenariusze zajęć:

- Kultura osobista w życiu szkolnym (zał. nr 1)
- Jak cię widzą, tak cię piszą – dobre obyczaje w życiu codziennym (zał. nr 2)
- Zasady dobrego wychowania - savoir vivre (zał. nr 3)
- Kształtowanie postaw - Kultura bycia (zał. nr 4)
- Grzeczność na co dzień (zał. nr 5)
- Jak efektywnie radzić sobie ze stresem? (zał. nr 6)
- Etyka w życiu prywatnym i zawodowym (zał. nr 7)
- Komunikowanie się (zał. nr 8)
- Staję się kreatywny (zał. nr 9)
- Podejmowanie działań i ich skutki (zał. nr 10)
- Rozwiązywanie konfliktów (zał. nr 11)
- Pozytywne myślenie i motywacja (zał. nr 12)
- Złość, agresja, przemoc (zał. nr 13)
- Agresja słowna (zał. nr 14)
- Wulgaryzmy - jak z nimi walczyć? (zał. nr 15)
- Szkoła dobrego wychowania – scenariusze wychowawcze
http://lckziu.pl/kompetencje-mlodziezy/wp-content/uploads/2014/11/Scenariusze_do_kszaltownia_kompetencji_KPSiOMZ.pdf

Literatura (linki do referatów, publikacji online):

- Nielatwa sztuka dialogu - czyli tajemnice dobrej rozmowy.
<http://trocheponizejnieba.blox.pl/2012/02/Nielatwa-sztuka-dialogu.html>
- Dlaczego punktualność jest ważna? <http://dentonet.pl/dlaczego-punktualnosc-jest-wazna/>
- Punktualność ma znaczenie. <http://czasgentlemanow.pl/2013/10/punktualnosc-ma-znaczenie/>
- Nawyki, które odmieniły moje życie. <http://zyciejestpiekne.eu/nawyki-ktore-odmieniły-moje-zycie/>

- Jak wyrobić nawyk w krótkim czasie. <http://2minuty.pl/2011/12/20/jak-wyrobic-nawyk-w-krotkim-czasie/>

Filmy i prezentacje multimedialne:

- Kultura osobista. Przeżytek czy konieczność? <http://www.filmedukacyjny.pl/kultura-osobista-przezytek-czy-koniecznosc.htm>
- Smartfony a dobre maniery - 10 zasad - Czas Gentlemanów
<https://www.youtube.com/watch?v=dwc4mQO56TA>
- Zasady savoir vivre <https://www.youtube.com/watch?v=bHGK5vosj7c>
- Kultura na co dzień <https://www.youtube.com/watch?v=eXFYkn3Rt20>
- Jak się uczyć?
https://www.youtube.com/watch?v=E_Q8GMuV7cM&list=PLpefq0D1Tik8SPoqF25N8v3B1KGKNI2fS

Dodatkowo, każda klasa otrzyma kartę „Strój galowy” (Tab. nr 2), w której wychowawca będzie monitorował obowiązek odpowiedniego ubioru podczas uroczystości szkolnych wśród swoich wychowanków.

Tabela nr 2

Imię i nazwisko Data i nazwa uroczystości					

Poza tym każda klasa wykona jedno zadanie obowiązkowe w dowolnej formie (Tab. nr 3) oraz przystąpi do ogólnoszkolnego konkursu wiedzy na temat savoir vivre.

Tabela nr 3

Klasa	Zadanie obowiązkowe	Termin
I	<i>„Mój wygląd świadczy o mnie”</i>	Październik 2016
II	<i>„Szkolna Karta Zasad Dobrego Zachowania”</i>	Luty 2017
III	<i>„Stop wulgaryzmom”</i>	Marzec 2017
IV	<i>„10 kroków do zmiany nawyków” lub „Jak zmotywować się do nauki”</i>	Grudzień 2016
I, II, III, IV	<i>Konkurs o tytuł „Klasy z dobrymi nawykami”</i>	Kwiecień 2017

5. Oczekiwane efekty

- Uczeń szanuje wartości : dobro , prawdę, uczciwość, życzliwość, wyrozumiałość.
- Potrafi prawidłowo i kulturalnie zachowywać się w szkole, w miejscach publicznych.
- Respektuje uroczystości szkolne i Święta państwowe.
- Dbą o piękno języka ojczystego.
- Dostrzega i rozumie potrzeby innych.
- Przestrzega zasad zgodnego współdziałania w grupie.
- Potrafi kulturalnie zwracać się do innych , używa zwrotów grzecznościowych.
- Potrafi nazywać, wyrażać i kontrolować swoje emocje.
- Ma poczucie własnej wartości , wiary we własne siły, możliwości i umiejętności.
- Wyraża swoje uczucia i potrzeby a także dostrzega je u innych.
- Jest tolerancyjny.
- Współpracuje z kolegami.

6. Ewaluacja programu

Ewaluacja dotyczyć będzie refleksji na temat jakości proponowanego programu, oszacowania, w jakim stopniu został zrealizowany, uświadomienia przeszkód pełnego osiągnięcia celów kształcenia. Będzie miała formę ankiety skierowanej zarówno do uczniów jak i nauczycieli. Ewaluacja zostanie dokonana również na podstawie rozmów z uczniami, obserwacji ich zachowania. Podstawowe wskazania obserwacji uczniów, służące do oceny całościowej grupy w skali 1-5:

- stopień kulturalnego zachowania się wobec nauczycieli, rodziców, kolegów,
- stopień kulturalnego zachowania się w miejscach publicznych,
- stosowanie zwrotów grzecznościowych,
- stopień znajomości zasad savoir-vivre dotyczących różnych sytuacji .

Zespół wychowawców wyłoni także zwycięską klasę na podstawie analizy:

- karty w dzienniku „Uwagi o klasie”,
- karty „Strój galowy”,
- realizacji zadania obowiązkowego,
- wyników konkursu wiedzy na temat savoir vivre.

Klasa, która uzyska największą liczbę punktów otrzyma dyplom i tytuł „Klasy z dobrymi nawykami”.

7. Bibliografia

- 1) Duhigg C.: Siła Nawyku. PWN, 2013 r.
- 2) Kwiatkowska – Łozińska M.: Żyj bezpiecznie i zdrowo. Program profilaktyczno – wychowawczy edukacji zdrowotnej. Impuls, 2007 r.
- 3) Krzyżanek J.: Dobre maniery, czyli savoir- vivre dla dzieci. Papilon, 2012 r.
- 4) Sawicka E.: Savoir-vivre / Mój świat. Mulico, 2010 r.
- 5) Waczków J. (red.): Dobre obyczaje. Wydawnictwo Elżbieta Jarmońkiewicz, Zielona Góra, 2006 r.
- 6) Skwark D.: Tajemnice klubu Dobre Maniery. Jedność, 2008 r.
- 7) Jarosz M.: Zasady prawidłowego żywienia dzieci i młodzieży oraz wskazówki dotyczące zdrowego stylu życia. IŻŻ, Warszawa, 2008 r.
- 8) Cendrowski Z.: Dekalog zdrowego stylu życia, Lider, 7-8/2005 r.
- 9) http://lckziu.pl/kompetencje-mlodziezy/wp-content/uploads/2014/11/Scenariusze_do_kształtowania_kompetencji_KPSiOMZ.pdf