

Scenariusz lekcji

w klasie trzeciej szkoły podstawowej z wykorzystaniem TIK

Nauczyciel prowadzący: mgr Ewa Skrzypniak

Klasa: III

Temat: Zdrowo jemy

Edukacja: przyrodnicza, polonistyczna, zdrowotna

Realizowane cele podstawy programowej:

Przyrodnicza:

Uczeń

- Zna podstawowe zasady racjonalnego odżywiania się, rozumie konieczność kontrolowania stanu zdrowia
- Wie, że dla prawidłowego rozwoju obok właściwej diety istotna jest aktywność fizyczna i uprawianie sportu
- Dbą o bezpieczeństwo swoje i innych
- Wykorzystuje zdobytą wiedzę w praktycznym działaniu

Polonistyczna:

Uczeń

- Uczestniczy w rozmowach, zadaje pytania, udziela odpowiedzi i prezentuje własne zdania, poszerza zakres słownictwa.

Cele operacyjne: Uczeń

- Wypowie się na temat właściwych nawyków żywieniowych
- Wymieni produkty, które stanowią podstawę piramidy żywieniowej
- Zaproponuje zabawy ruchowe i zachęci do uprawiania sportu
- Będzie bezpiecznie posługiwał się nożyczkami
- Będzie współpracował w grupie podczas wykonywania piramid żywieniowych

Formy pracy: grupowa, zespołowa, indywidualna

Metody dydaktyczne:

- Podająca: objaśnienie, praca z tekstem
- Praktyczne: pokaz, praktycznego działania
- Problemowa: rozmowa kierowana
- Aktywizująca: gry i zabawy edukacyjne

Środki dydaktyczne:

Przykładowe produkty spożywcze, kolorowe gazety z różnymi produktami(nabiał, ryby, mięso, warzywa, owoce, słodkie), arkusze papieru do piramidy żywieniowej, podręcznik „Tropiele klasa 3”, prezentacja własna, komputer z dostępem do internetu, tablica interaktywna,

E zasoby:

- [http://scholaris.pl/zasob/50101?eid\[\]=POCZ&sid\[\]=ZDR2&bid=0&iid=0&api=](http://scholaris.pl/zasob/50101?eid[]=POCZ&sid[]=ZDR2&bid=0&iid=0&api=)
- <http://scholaris.pl/resources/run/id/49537>
- <http://www.swiatnauczyciela.pl/narzedzia/generator-krzyzowek/>

Przebieg zajęć:

Czynności organizacyjne

- Powitanie, przygotowanie się uczniów do zajęć

Część wstępna

Wprowadzenie w temat zajęć, podanie celów lekcji.

- Nauczyciel zadaje uczniom zagadkę, której rozwiązaniem jest hasło „PIRAMIDA”
- Nauczyciel objaśnia, jaki związek będzie miało to hasło z produktami zgromadzonymi w klasie
- Uczniowie dokonują swobodnej obserwacji, wymieniają uwagi, spostrzeżenia.

Część właściwa

- **Wysłuchanie opowiadania „Czipsy z marchewki”**- podręcznik
- **Rozmowa na temat „Jak można zmieniać swoje nawyki żywieniowe”** inspirowana pytaniami nauczyciela . Przykładowe pytania nauczyciela:
 - Komu i dlaczego spodobał się pomysł pani Jagody?
 - W jaki sposób pani Jagoda chciała nauczyć dzieci dobrych nawyków żywieniowych? Czy tobie podoba się pomysł pani Jagody? Dlaczego?
 - Jak myślisz, co mogą oznaczać słowa pani Jagody „Jesteśmy tym, co jemy”
 - Jak myślisz, czy łatwo jest zmieniać swoje nawyki żywieniowe? Dlaczego?
 - Dlaczego Henio uważał patrząc na piramidę żywieniową, że cukierki, czipsy i batoniki są najważniejsze?
- **Obejrzenie animacji** wprowadzającej informacje z zakresu zdrowego odżywiania się
- [http://scholaris.pl/zasob/50101?eid\[\]=POCZ&sid\[\]=ZDR2&bid=0&iid=0&api=](http://scholaris.pl/zasob/50101?eid[]=POCZ&sid[]=ZDR2&bid=0&iid=0&api=)
- **Podział uczniów na 6 grup.** Każda grupa otrzymuje arkusz papieru z narysowanym trójkątem podzielonym na 6 poziomych części. Uczniowie przygotowują gazety, kleje , nożyczki. Nauczyciel prosi uczniów o uważne wysłuchanie informacji i zastanowienie się, których produktów wytniecie najwięcej, a których najmniej?
-Każdy człowiek powinien dbać o swoje zdrowie. W jego codziennej diecie powinno się znaleźć wiele produktów. Ogromne znaczenie ma też ruch i sport.
Na pierwszym miejscu w codziennej diecie powinny znaleźć się warzywa w nieograniczonej ilości, owoce i woda.

- Drugie miejsce zajmują produkty pochodzenia zbożowego tj. pieczywo pełnoziarniste, makarony, brązowy ryż
- trzecie miejsce to mleko, nabiał i produkty mleczne
- Czwarte miejsce to nasiona, orzechy, warzywa strączkowe: groch, fasola, bób, a także drób, ryby oraz czerwone mięso.
- Piąte miejsce zajmują orzechy i tłuszcze roślinne.

- Uczniowie na podstawie obejrzanej animacji, wystuchanych informacji i własnych doświadczeń wykonują piramidę żywieniową.
- Po wykonaniu prac i umieszczeniu ich w widocznym miejscu Nauczyciel wyjaśnia, że piramida żywieniowa obrazowo przedstawia zasady właściwego odżywiania.

▪ **Rozmowa z uczniami nt właściwych nawyków żywieniowych:**

- Czy stosujecie się do zasad właściwego odżywiania?
- Czy jecie codziennie produkty z 1 poziomu?
- Czy umiecie zrezygnować ze słodyczy?
- Kto w waszym domu dba o prawidłowe, zdrowe odżywianie?
- Czy stosowanie zasad właściwego odżywiania jest trudne?

▪ **Prezentowanie prezentacji** (zasób własny)

Uczniowie oglądają slajdy i wskazują, które produkty służą zdrowemu i racjonalnemu odżywianiu, a które powinni odrzucić.

▪ **Propozycja zapisu do zeszytu**

W codziennej diecie powinniśmy pamiętać o zasadach prawidłowego odżywiania. Nie zapominajmy o produktach zbożowych, owocach, rybach. Ograniczajmy spożywanie słodyczy i popularnych fast foodów.

Część podsumowująco- utrwalająca

- **Uczniowie przenoszą nazwy produktów do tabelki zgodnie z poleceniem – zabawa interaktywna**
<http://scholaris.pl/resources/run/id/49537>
- **Uczniowie rozwiązują wykreślankę**, której hasła związane są z racjonalnym, zdrowym odżywianiem i uprawianiem sportu
<http://www.swiatnauczyciela.pl/narzedzia/generator-krzyzowek/>
- **Rozwiązywanie zagadek o warzywach i owocach.**
- **Ewaluacja zajęć.**
Uczniowie podchodzą do sygnalizatora świetlnego (pomoc dydaktyczna) i poprzez przypięcie klamerki z imieniem oceniają nabyte wiadomości i swoje zaangażowanie w zajęcia: kolor zielony -potrafię, kolor żółty- potrafię, ale potrzebuję podpowiedzi, kolor czerwony- muszę poćwiczyć.