

**SCENARIUSZ PROJEKTU REALIZOWANEGO W RAMACH KOMPETENCJI KK3
NA OKRES od 04.10.2010r. do 02.02.2011r w kl V**

NAUCZYCIEL REALIZUJĄCY PROJEKT: GRAŻYNA BORCZYŃSKA Zespół Szkół w Czarni

TEMAT PROJEKTU: ŻYWIENIE, A ZDROWIE CZŁOWIEKA

CELE OGÓLNE PROJEKTU: nabycie umiejętności racjonalnego żywienia, przygotowania zdrowego posiłku, nakrycia stołu na różne okazje, rozpoznawania zdrowej i niezdrowej żywności.

METODY: pokaz, obserwacja, wycieczka, wyszukiwanie informacji w internecie i literaturze.

FORMY ORGANIZACYJNE: pogadanka, doświadczenie. praca w grupach

TEMAT ZAJĘCIA REALIZOWANEGO W RAMACH DANEGO PROJEKTU	CELE OPERACYJNE	TREŚCI REALIZOWANE W RAMACH ZAJĘCIA	SPOSOBY REALIZACJI ZAJĘCIA I FORMY PRACY UCZNIÓW	POMOCE I MATERIAŁY DO ZAJĘCIA
1. Jesteś tym co zjadasz.	-poznanie w jaki sposób odżywiali się nasi przodkowie, nauczanie się w jaki sposób obliczać kaloryczność potraw, sporządzenie autorskiej sałatki niskokalorycznej, przeciwdziałanie otyłości.	1. Jak ludzie odżywiali się dawniej, a jak dziś. 2. Projektowanie jadłospisu dziennego. 3. Obliczanie kaloryczności potraw. 4. Zasady prawidłowego odżywiania się. 5. Konsekwencje nieprawidłowego odżywiania się - otyłość.	-wyszukanie informacji w literaturze i internecie, analiza tabeli kaloryczności potraw. poznanie zasad racjonalnego odżywiania się, wykonanie niskokalorycznej sałatki z warzyw jesiennych. pogadanka nt otyłości wśród dzieci.	literatura, komputery, tabela kaloryczności potraw, warzywa jesienne, zastawa stołowa, obrusy, sztucze
2. Autorski przepis kulinarny.	-czytanie ze zrozumieniem, poznanie różnych sposobów wykonywania sałatek, nabycie umiejętności: krojenia, mieszania, łączenia ze sobą różnych warzyw,	1, Czytanie prostych do wykonania przepisów kulinarnych. 2, Selekcjonowanie przepisów. 3. Zaprojektowanie i wykonanie sałatki wg własnego przepisu. 4.	-wyszukiwanie przepisów kulinarnych w internecie, wykonanie prostej sałatki wg własnego przepisu, ważenie składników.	-komputery, drukarka, papier, pamięć przenośna, zastawa stołowa, sztucze. warzywa, waga

	ważenia na wadze.	Stosowanie miar i wag.		
3. Zasady savoir-vivre.	- poznanie zasad kulturalnego zachowania się przy stole, nauczenie się nakrywania i dekorowania stołu na różnego typu przyjęcia. nabycie umiejętności dekoracji stołu, prawidłowego stosowania zastawy stołowej.	1. Wyszukanie w różnych źródłach informacji nt. kulturalnego zachowania się przy stole. 2, Okolicznościowy wygląd stołu. 3. Stół na różne okazje. 4. Wykonanie elementów dekorujących stół,	- wyszukanie w literaturze i internecie zasad savoir-vivre, nakrycia stołu na różne okazje, wykonanie nakrycia stołu na jedną okazję i jego dekoracja, wykonanie prostych dekoracji.	literatura, komputer, obrusy, zastawa stołowa, świece, różne dekoracje, serwetki, materiały do wykonania dekoracji: bibuła, papier kolorowy, słoiczki szklane, farby do malowania na szkłe.
4. Symbole zdrowej i niezdrowej żywności.	- wyjaśnienie co to jest zdrowa, a co niezdrowa żywność, nabycie umiejętności rozpoznawania zdrowych produktów, wyrobienie nawyku jedzenia dużej ilości owoców i warzyw,	1. Wycieczka do sklepu spożywczego w celu wyszukania zdrowej i niezdrowej żywności. 2. Wykonanie plakatów zdrowej i niezdrowej żywności. 3. Zaplanowanie i wykonanie zdrowego śniadania dla swoich rówieśników.	wyszukiwanie zdrowych produktów w sklepie. czy wszystkie warzywa są zdrowe, wykonanie i zaplanowanie zdrowego posiłku.	-karton, kredki, farby, klej, etykiety produktów, produkty spożywcze.

Autor: Grażyna Borczyńska