



WŁĄCZ MYŚLENIE!

Autor scenariusza: Danuta Bezczyńska

Blok tematyczny: Zdrowie - cenny skarb!

Scenariusz nr 3

I. Tytuł scenariusza zajęć: Owoce, warzywa – samo zdrowie.

II. Czas realizacji: 2 jednostki lekcyjne.

III. Edukacje (3 wiodące):

- polonistyczna,
- przyrodnicza,
- matematyczna.

IV. Realizowane cele podstawy programowej:

- **edukacja polonistyczna:**
 - uczestniczy w rozmowach, zadaje pytania, udziela odpowiedzi i prezentuje własne zdanie, poszerza zakres słownictwa i struktur składniowych – 1.3c,
 - uważnie słucha wypowiedzi i korzysta z przekazywania informacji – 1.1a,
- **edukacja przyrodnicza:**
 - zna podstawowe zasady racjonalnego odżywiania się, rozumie konieczność kontrolowania stanu zdrowia – 6.9,
 - dba o zdrowie i bezpieczeństwo swoje i innych – 6.10,
- **edukacja matematyczna:**
 - liczy (w przód i w tył) od danej liczby – 7.1,
 - odmienia płyny różnymi miarkami, używa określeń: litr, pół litra, ćwierć litra – 7.11.



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Człowiek - najlepsza inwestycja

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY





WŁĄCZ MYŚLENIE!

V. Metody:

- obserwacja,
- metoda projektowania okazji edukacyjnych,
- praktycznego działania,
- pogadanka.

VI. Środki dydaktyczne:

- **do e -doświadczenia:** świeże owoce i warzywa, kosze, miski, naczynia z miarką, noże,
- **inne:** wiersz J. Brzechwy „Na straganie”, szablony owoców i warzyw, kosz z owocami i warzywami.

VII. Forma zajęć:

- grupowa,
- indywidualna,
- zespołowa.

VIII. Przebieg zajęć:

- **Część wprowadzająca – warunki wyjściowe.**
 - Czytanie wiersza J. Brzechwy „Na straganie”. Próba odpowiedzi na pytanie: „Co znajdowało się na straganie? Jaką mają wspólną nazwę?”.
- **Zadanie otwarte.**
- Dlaczego warzywa i owoce są zdrowe i ważne w naszej diecie?
- **Część warsztatowa.**
 - Nauczyciel przynosi do sali kosz wypełniony warzywami i owocami. Uczniowie segregują osobno – owoce i warzywa. Chętni uczniowie omawiają wygląd, zapach itp. wybranych warzyw, owoców i sposoby wykorzystywania ich w codziennej diecie.



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Człowiek - najlepsza inwestycja

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY





WŁĄCZ MYŚLENIE!

- Pogadanka na temat roli owoców i warzyw w prawidłowym żywieniu. Uczniowie wymieniają warzywa i owoce, które można spożywać na surowo, a które trzeba gotować.
- Wyjaśnienie pojęcia „witamina”. Witaminy to substancje, które wpływają na nasz wzrost, odporność na choroby, budowę kości itd. Czytanie informacji o zawartości witamin w poszczególnych warzywach i owocach.
- **E – doświadczenie (załącznik do scenariusza zajęć).**
- **Pytania/ zadania/ inne czynności utrwalające poznane wiadomości:**
 - Pisanie zdań w zeszyte przedmiotowym na temat korzyści płynących z jedzenia owoców i warzyw.
 - Uzupełnienie tabeli na karcie pracy:
 - wpisz nazwę owoców i warzyw na właściwych miejscach (dbałość o poprawność ortograficzną),

Owoce	Warzywa

- kolorowanie sylwet owoców i warzyw.
- **Dodatkowe pytania/ zadania/ czynności dla:**
 - **ucznia zdolnego:** uczeń wymienia witaminy znajdujące się w owocach i warzywach, definiuje pojęcie witamina,
 - **ucznia dziewięcioletniego:** uczeń opowiada o zdrowotnych właściwościach owoców i warzyw oraz wpływie roślinnych witamin na organizm,
 - **ucznia wymagającego pomocy:** rysuje w zeszyte wybrane warzywo oraz owoc i je podpisuje,





WŁĄCZ MYŚLENIE!

- **ucznia ośmioletniego:** rozpoznaje warzywa i owoce po ich wyglądzie, zapachu oraz przez dotyk.
- **Podsumowanie zajęć.**
 - Warzywa i owoce są źródłem witamin. Spożywanie owoców i warzyw jest bardzo korzystne dla zdrowia o wartości odżywczej owoców i warzyw decydują zawarte w nich witaminy i związki mineralne.
- **Proponowane zadanie domowe.**
 - Podaj przepis na zdrową potrawę z owoców lub warzyw.



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Człowiek - najlepsza inwestycja

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY





WŁĄCZ MYŚLENIE!

Załącznik e- doświadczenia do scenariusza nr 3

I. Tytuł e – doświadczenia: Zdrowa sałatka warzywna.

II. Zakres doświadczenia: Wartości odżywcze warzyw.

III. Cel doświadczenia: Wykorzystywanie warzyw do zrobienia smacznej sałatki.

IV. Hipoteza doświadczenia: W jaki sposób można spożywać warzywa?

V. Spodziewane obserwacje/wnioski ucznia: Warzywa mogą być spożywane w różnych postaciach, nie tracąc nic ze swoich odżywczych wartości. Najlepiej zjadać surowe.

VI. Wniosek z doświadczenia: Warzywa są bardzo cennym składnikiem diety człowieka.

Można je wykorzystywać do zrobienia smacznych surówek, sałatek itp. Większe walory odżywcze mają warzywa spożywane na surowo z dodatkiem niewielkiej ilości jogurtu, sosów itp.

Obraz	Dźwięk
Przywitanie dzieci przed telewizorem przez aktora.	- Cześć mali odkrywcy! - Pokażę Wam dzisiaj, jak można wykorzystać warzywa do zrobienia pysznej sałatki, która będzie Wam smakowała!
Prezentacja środków dydaktycznych do doświadczenia.	- Do zrobienia naszej sałatki będziemy potrzebowali: 3 obrane marchewki, 2 pory, 2 obrane jabłka, rodzynki, jogurt, sól i pieprz.
Aktor prezentuje doświadczenie. Zbliżenie na środki do doświadczenia.	- Ta surówka jest naprawdę smaczna! - Sami się o tym przekonacie! - Marchewkę i jabłko ścieramy na tarce o dużych oczkach. Por kroimy w cieniutkie plasterki. Warzywa i jabłka mieszamy, dodajemy rodzynki. Do naczynia z miarką wlewamy jogurt, musi go być 250 ml.



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Człowiek - najlepsza inwestycja

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY





WŁĄCZ MYŚLENIE!

	Warzywa polewamy jogurtem, dodajemy sól i pieprz. Mieszamy wszystko razem!
Prezentacja wniosków przez aktora.	<ul style="list-style-type: none">- Z warzyw możemy zrobić pyszne potrawy. Jedną z nich jest właśnie ta sałatka. Jest smaczna, zawiera dużo witamin, które jak wicie są niezbędne do tego, abyście zdrowo rośli i się rozwijali.- Tę prostą sałatkę możecie zrobić w domu, ale pamiętajcie, że zawsze musi być z wami w kuchni osoba dorosła!- Powodzenia i smacznego!

Człowiek - najlepsza inwestycja



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY

