



WŁĄCZ MYŚLENIE!

Autor scenariusza: Danuta Bezczyńska

Blok tematyczny: Zdrowie - cenny skarb!

Scenariusz nr 5

I. Tytuł scenariusza zajęć: Prostuj się!

II. Czas realizacji: 2 jednostki lekcyjne.

III. Edukacje (3 wiodące):

- polonistyczna,
- przyrodnicza,
- wychowanie fizyczne i edukacja zdrowotna.

IV. Realizowane cele podstawy programowej:

- **edukacja polonistyczna:**
 - uważnie słucha wypowiedzi i korzysta z przekazywanych informacji – 1.1a,
 - uczestniczy w rozmowach i zadaje pytania, udziela odpowiedzi i prezentuje własne zdanie, poszerza zakres słownictwa i struktur składniowych – 1.3c,
- **edukacja przyrodnicza:**
 - dba o bezpieczeństwo swoje i innych (w miarę swoich możliwości) – 6.10,
 - zna podstawowe zasady racjonalnego odżywiania się – 6.9,
 - wychowanie fizyczne i edukacja zdrowotna:
 - wie jakie znaczenia dla zdrowia ma właściwe odżywianie i aktywność fizyczna – 10.4b,
 - dba o prawidłową postawę np. siedząc na ławce, przy stole – 10.4d.

V. Metody:

- pokaz,



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Człowiek - najlepsza inwestycja

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY





WŁĄCZ MYŚLENIE!

- metoda problemowa,
- doświadczalna,
- pogadanka.

VI. Środki dydaktyczne:

- **do e -doświadczenia:** linka, sznurki do suszenia bielizny, 2 rurki PCV o średnicy przekroju 20mm, miara stolarska, nożyce,
- **inne:** przybory piśmiennicze, model szkieletu ludzkiego.

VII. Forma zajęć: grupowa, indywidualna, zbiorowa.

VIII. Przebieg zajęć:

- **Część wprowadzająca – warunki wyjściowe.**
 - Oglądanie modelu szkieletu ludzkiego. Rozmowa na temat oglądanego eksponatu.
- **Zadanie otwarte.**
 - Próba odpowiedzi na pytania – „Po co człowiekowi potrzebny jest szkielet? Jaki powinien być, aby dobrze spełniać swoją rolę?”
- **Część warsztatowa.**
 - Wypowiedzi uczniów na temat tego, co możemy zrobić, aby nasze kości były mocne i zdrowe. Uczniowie wyszukują na tablicy (piramida żywienia), pokarmów które dobrze wpływają na zdrowie naszych kości.
 - Na stoliku leżą kartoniki w kształcie piłek, ponumerowane od 1 do 8 (na odwrocie znajdują się litery). Nauczyciel prosi, aby wskazani uczniowie ułożyli na tablicy wyraz z liter, które znajdują się na odwrocie kart, kierując się liczbami 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. Uczniowie układają wyraz „skakanka”. Dzieci wypowiadają się na temat przyrządów do rozwijania sprawności fizycznej i prawidłowej postawy i je wymieniają: skakanka, piłka, hula-hop, piłki do skakania.
 - Dzieci dzielą się na grupy. Każda grupa wybiera jedną osobę, która będzie pokazywać jak należy siedzieć przy stole, przy biurku, jak poruszać się wyprostowanym, jak nosić plecak (tornister), jak korzystać z piłki do skakania, hula - hop, skakanki, itp.
- **E -doświadczenie (załącznik do scenariusza zajęć).**





WŁĄCZ MYŚLENIE!

- **Pytania/ zadania/ inne czynności utrwalające poznane wiadomości:**
 - Pisanie w zeszytach przedmiotowych zdań, które będą mówiły o konieczności zachowania prawidłowej postawy, spożywania zdrowych produktów.
 - Rysowanie postaci ludzkiej w prawidłowej postawie podczas siedzenia, stania (do wyboru).
- **6. Dodatkowe pytania/ zadania/ czynności dla:**
 - **ucznia zdolnego:** wymienia czynniki, które wpływają na właściwą postawę ciała i zagrożenia płynące z nieprawidłowej diety,
 - **ucznia dziewięcioletniego:** wykonuje ćwiczenia, właściwie przygotowuje swoje miejsce pracy, wymienia potrawy i napoje, które szkodzą zdrowiu,
 - **ucznia wymagającego pomocy:** prawidłowo siedzi w ławce podczas pisania i czytania, wymienia dietę jako podstawę zdrowej postawy,
 - **ucznia ośmioletniego:** wymienia potrawy jakie należy jeść, aby kości były mocne.
- **Podsumowanie zajęć.**
- Ruch ma szczególnie korzystny wpływ na układ kostny. Aby dbać o zdrowie swoich kości powinniśmy stosować dietę zapewniającą odpowiednią ilość witamin, szczególnie witaminy D. Unikać powinniśmy napojów gazowanych, hamburgerów, solonych frytek, bo niszczą wapń i inne potrzebne dla zachowania zdrowia substancje.



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Człowiek - najlepsza inwestycja

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY





WŁĄCZ MYŚLENIE!

Załącznik e- doświadczenia do scenariusza nr 5

I. Tytuł e – doświadczenia: Skakanka.

II. Zakres doświadczenia: Aktywność ruchowa.

III. Cel doświadczenia: Wykonanie skakanki ze sznurka i rurek PCV.

IV. Hipoteza doświadczenia: W jaki sposób można zrobić skakankę?

V. Spodziewane obserwacje/wnioski ucznia: Wykorzystując sznurek i rurki PCV można wykonać skakankę.

VI. Wniosek z doświadczenia: Linka do suszenia prania-sznurek w połączeniu z małymi kawałkami rurek PCV tworzy skakankę, która może służyć do ćwiczeń i zabawy.

Obraz	Dźwięk
Przywitanie dzieci przed telewizorem przez aktora.	- Cześć mali odkrywcy! - Pokażę Wam dzisiaj, w jaki sposób można zrobić skakankę.
Prezentacja środków dydaktycznych do doświadczenia.	- Do naszego doświadczenia będziemy potrzebowali linkę do suszenia prania, dwie 10 cm rurki PCV o średnicy przekroju 20mm, nożyczki i miarę stolarską.
Aktor prezentuje doświadczenie. Zbliżenie na środki do doświadczenia.	- To doświadczenie jest bardzo proste, ale może zdziwić Twoich kolegów! - Na początek odmierzamy 2 metry linki do suszenia bielizny. Odcinamy odpowiednią długość. - Na końcu linki, około 15 cm od końca wiążemy supeł. To samo robimy z drugim końcem linki – wiążemy supeł, przewlekamy końcówkę linki przez rurkę i wiążemy drugi



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Człowiek - najlepsza inwestycja

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY





WŁĄCZ MYŚLENIE!

	supeł.
Prezentacja przez aktora wniosków.	<ul style="list-style-type: none">- Po przewleczeniu końcówek linki przez rurki, które tu pełnią rolę rączek do trzymania, otrzymaliśmy skakankę. Taka skakanka może służyć do ćwiczeń, ale też i do zabawy.- Ciekawe prawda? Taką skakankę możecie zrobić w domu, ale pamiętajcie, że zawsze robimy to z osobą dorosłą!- Powodzenia i do zobaczenia!



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Człowiek - najlepsza inwestycja

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY

