

Scenariusz zajęć nr 32

Temat: W zdrowym ciele zdrowy duch – poznajemy zasady zdrowego żywienia.

Cele operacyjne:

Uczeń:

- odróżnia produkty żywnościowe wskazane w codziennej diecie oraz te, których spożywania należy unikać,
- wymienia podstawowe zasady racjonalnego odżywiania się,
- z pomocą rozwiązuje proste zadania z treścią,
- dodaje i odejmuje liczby w zakresie 50,
- sprawdza wynik dodawania za pomocą odejmowania.

Środki dydaktyczne:

- zdjęcia produktów spożywczych: banany, jabłko, ogórek, pomidor, sałata, hamburger, lizaki, cukierki, cukier, jajka, mięso surowe, pieczywo białe, pieczywo razowe,
- ćwiczenie interaktywne nr 1: po prawej stronie piramida żywienia bez produktów (sam kontur). Po lewej produkty spożywcze: pomidory, ogórki, cebula, sałata, marchew, winogrona, jabłka, batony, pieczywo ciemne, pieczywo jasne, słodkie napoje, woda, fast food, wędliny, jajka, sery, mięso białe i czerwone, ryby. Zadaniem ucznia jest „przeniesienie” za pomocą kursora myszki produktów spożywczych do odpowiedniego poziomu piramidy żywienia,
- karta pracy nr 1,
- grafika: koło podzielone na pół: jedna połowa ma kolor zielony, druga czerwony. Na polu zielonym: warzywa, owoce, jajka, pieczywo ciemne, woda, człowiek, którego postawa sugeruje, że biegnie; na polu czerwonym: słodczyce, fast food, osoba siedząca na kanapie, oglądająca programy w TV,
- animacja komputerowa nr 1,
- gra edukacyjna,



- animacja komputerowa nr 2: na ekranie pojawia się 10 ogórków, następnie 7 pomidorów; zadanie dodatkowe: na ekranie pojawia się 11 pomidorów, następnie 13 sałat, z których 3 znikają po kilku sekundach,
- produkty do sałatek: 6 ogórków, 10 pomidorów, 4 cebule, kukurydza w puszcze x 2, sałata x 3, papryka x 7, oliwa z oliwek, groszek w puszcze x 2, gotowany kalafior (różyczki z jednego kalafiora), gotowany brokuł (różyczki z jednego brokołu), starta marchew (surowa), seler naciowy x 4, sól, pieprz.

Metody i techniki: ćwiczenia praktyczne, praca plastyczna, burza mózgów.

Formy:

- zbiorowa,
- praca w parach,
- indywidualna.

Przebieg zajęć:

Etap wstępny

Na ekranie ukazują się zdjęcia różnych produktów. Nauczyciel prosi wybranych uczniów, aby zaznaczyli produkty, które są szczególnie wskazane/wartościowe w naszej diecie. Uczniowie zaznaczają lub wskazują produkty i uzasadniają swoje wybory.

Etap realizacji

Zadanie 1

Nauczyciel czyta uczniom zdania. Zadaniem uczniów jest określenie, czy są to zdania prawdziwe, czy fałszywe:

Od jedzenia dużej ilości słodczy psują się zęby.

Słodycze i fast food to zdrowa żywność.



Owoce i warzywa mają w sobie dużo wartościowych składników odżywczych.

W naszej codziennej diecie powinno być dużo owoców i warzyw.

Dzieci powinny jeść dużo słodczy, jeśli chcą być zdrowe.

Mleko i produkty mleczne bardzo dobrze wpływają na nasze kości.

Karta pracy. Uczniowie wykonują polecenie zawarte w karcie pracy, następnie wspólnie sprawdzają poprawność swojego wykonania.

Zadanie 2

Nauczyciel rozdaje karty z kolorową grafiką (opisaną w środkach dydaktycznych). Uczniowie na podstawie grafiki określają, które produkty są zdrowe dla człowieka, a które nie. Wspólnie z nauczycielem zastanawiają się, jak zilustrowane elementy wpływają na zdrowie człowieka.

Zadanie 3

Animacja komputerowa nr 1: Mała dziewczynka stoi w sadzie i trzyma dwa duże koszyki. W jednym z nich znajduje się 6 ogórków i 10 pomidorów, a w drugim 10 papryk i 3 cebule. Dziewczynka mówi (tekst zapisany w chmurce nad głową dziewczynki): *Pracowałam dziś z babcią w ogrodzie. Zebrałam dużo warzyw, które schowałam do koszyków. W pierwszym koszyku mam 6 ogórków i 10 pomidorów, a w drugim 10 papryk i 3 cebule. Ile warzyw mam w obu koszykach razem?* Nauczyciel zapisuje na tablicy:

Dane:

Szukane:

Rozwiązanie:

Odpowiedź:

Wybrani uczniowie uzupełniają poszczególne informacje dotyczące zadania. Następnie wynik dodawania sprawdzają za pomocą odejmowania (tzn. $29 - 6 = 23$; $23 - 10 = 13$; $13 - 10 = 3$).

Zadanie 4

Gra edukacyjna: na ekranie monitora widać ogród warzywno – owocowy. Przy każdym warzywie i owocu znajdują się liczby od 1 do 21. Uczniowie grają na zmianę, raz jeden, raz drugi. Klikając na poszczególne liczby umieszczone nad warzywami i owocami, otrzymują do



rozwiązania działanie matematyczne (dodawanie i odejmowanie w zakresie 50), poniżej pole, w którym uczeń wpisuje wynik oraz przycisk GOTOWE. Jeśli uczeń rozwiąże działanie poprawnie, wówczas może zabrać dany owoc lub warzywo. Wygrywa osoba, która zbierze najwięcej owoców i warzyw.

Zadanie 5

Animacja komputerowa nr 2. Uczniowie oglądają animację i na jej podstawie samodzielnie tworzą tekst zadania z treścią, rozwiązują je i sprawdzają wspólnie wyniki swojej pracy. Chętni uczniowie rozwiązują zadanie dodatkowe. Jeśli nikt nie podjął się rozwiązania zadania dodatkowego, nauczyciel rozwiązuje je wspólnie z uczniami na dostępnym sprzęcie multimedialnym.

Zadanie 6

Nauczyciel proponuje uczniom przygotowanie prawdziwej sałatki warzywnej. Dzieli uczniów na 4 grupy. Zadaniem każdej z grup jest ułożenie własnego przepisu na sałatkę warzywną, w którym wykorzystają dostępne produkty. Nauczyciel informuje, że warzywa już są umyte. Rozdaje uczniom papierowe talerze, miski i noże oraz plastikowe deski do krojenia. Uczniowie wybierają warzywa potrzebne im do zrobienia sałatki i przystępują do pracy.

Etap końcowy

Nauczyciel pyta kilku wybranych uczniów, w jaki sposób mogą zastosować zdobytą na zajęciach wiedzę w życiu codziennym (np. jakie produkty należy wybierać podczas zakupów w sklepiku szkolnym). Następnie dziękuje za wytrwałą pracę.

Dodatkowo

Uczeń zdolny: w zadaniu 3 prezentuje klasie, jak należy sprawdzić wynik dodawania za pomocą odejmowania, w zadaniu 5 rozwiązuje zadanie dodatkowe.

