



## Scenariusz nr 64 zajęć edukacji wczesnoszkolnej

### Metryczka zajęć edukacyjnych

Miejsce realizacji zajęć: sala szkolna

Ośrodek tematyczny realizowanych zajęć: Każdy przedmiot szkolny może być interesujący!

Temat zajęć: Raz – dwa – trzy – ćwiczysz ty! – jak dbać o zdrowie i prawidłową postawę?

Grupa dydaktyczna: uczniowie klasy III SP

Czas przewidziany na realizację zajęć: 100 minut

### Cele operacyjne

Uczeń:

- Wie, co to jest zdrowy tryb życia,
- Zna zasady zdrowego trybu życia,
- Wydaje polecenia i zakazy w j. angielskim, ćwiczy je przy pomocy ćwiczenia interaktywnego,
- Posługuje się strukturą *I should / I shouldn't*, aby dawać rady dotyczące trybu życia,
- Wie jak wygląda prawidłowa postawa w czasie siedzenia przy biurku,
- Dzieli się wiedzą i pomaga słabszym uczniom udzielając rad i podpowiedzi.

### Środki dydaktyczne

- Karta pracy (Karta pracy nr 64)
- Nagranie dźwiękowe (Nagranie nr 51)
- Ćwiczenie interaktywne nr 30
- Treść wiersza J. Tuwima „Raz – dwa – trzy”
- Dowolne nagranie dźwiękowe
- Naklejki



## Metody (według Okonia)

- Klasyczna metoda problemowa
- Giełda pomysłów (burza mózgów)
- Mikronauczanie
- Ćwiczebna

## Formy pracy

- Praca jednolita zbiorowa
- Praca w parach

## Przewidywane efekty

Uczeń po zakończeniu zajęć:

- Wie, jak dbać o prawidłową postawę i jakie ćwiczenia wykonywać, aby ją kształtować,
- Rozumie jak ważny jest zdrowy tryb życia oraz wie, co powinien zmienić w swoim trybie życia, by uczynić go zdrowszym,
- Bierze udział w zabawie ruchowej na podstawie nagrania dźwiękowego w j. angielskim.

## Przebieg i podsumowanie zajęć

### Część wstępna - część rekreacyjna sali / 10 min.

Nauczyciel wita się z uczniami w j. angielskim. Uczniowie odliczają do dwóch. Uczniowie z numerem jeden formują koło, wokół nich formują drugie koło uczniowie z numerem dwa. Nauczyciel włącza dowolne nagranie. Gdy muzyka ustaje, uczniowie numer jeden odwracają się i witają z osobą stojącą przed nimi. Przywitanie powtarza się kilka razy.

Nauczyciel: *na dzisiejszych zajęciach dowiedcie się, jak wypowiadać polecenia i zakazy w j. angielskim. Będę zwracał uwagę na to, czy wiecie, jakie ćwiczenia można wykonywać, żeby mieć prawidłową postawę.*

Nauczyciel zadaje pytania:

Co to jest zdrowie?

Co trzeba robić, żeby być zdrowym?

### Etap realizacji

Zadanie 1 –przy stolikach / 10 min.

Uczniowie pracują w parach. Nauczyciel objaśnia polecenie: W ciągu 7 minut napiszcie jak najwięcej zasad zdrowego trybu życia. Pamiętajcie o wielkiej literze na początku zdań i kropce na ich końcu. Po każdym zdaniu wciśnijcie klawisz „enter”. Po tym czasie nauczyciel pyta uczniów, czy spełnili wszystkie kryteria samooceny, a ochotnicy prezentują swoje pomysły.

Zadanie 2 - część rekreacyjna sali / 10 min.

Nauczyciel czyta wiersz J. Tuwima „Raz-dwa-trzy”. Uczniowie pokazują na palcach wymieniane cyfry i naśladują czynności wymieniane w wierszu. Następnie dwóch ochotników czyta wiersz ponownie, cała klasa pokazuje.

### **J. Tuwim - Raz – dwa – trzy**

„Raz! Pierwsza rzecz to wstać rano! Dwa! Kto o krzepkie zdrowie dba, ten się długo myje co dzień mydłem, szczotką w zimnej wodzie. Pluska, pryska, parska, rzy! Trzy! Trzyj ręcznikiem suchym ciało, żeby aż poczerwieniało. Cztery! Gdy chcesz nabrać pięknej cery, żywym, byстрым być jak rtęć, wiedz, że sprawią to spacer, a codziennie rano - Pięć! Musisz się gimnastykować! Ćwicz je prężnie i miarowo, a dopiero potem Sześć! Jeść!

Zadanie 3 - część rekreacyjna sali / 20 min.

Nauczyciel pokazuje ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę. Uczniowie naśladują.

Ćwiczenie 1: postawa prosta - głowa i szyja wyciągnięte w górę, barki ułożone symetrycznie, łopatki ściągnięte, brzuch wciągnięty, pośladki ściągnięte.

Ćwiczenie 2: stanie tyłem do ściany – pięty, plecy i głowa dotykają ściany. Uczniowie odchodzą na krok od ściany, próbują utrzymać tą postawę.



Ćwiczenie 3: Marsz z woreczkiem na głowie.

Ćwiczenie 4: Leżenie na plecach, nogi ugięte w kolanach, ramiona wyprostowane wzdłuż tułowia, wycucie przylegania do podłoża na całej długości pleców.

Ćwiczenie 5: Klęk podparty, uniesienie lewego ramienia w przód i prawej nogi w tył, wytrzymanie i powrót do pozycji wyjściowej. To samo ćwiczenie wykonać unosząc prawą rękę i lewą nogę.

Nauczyciel prosi uczniów o powrót do stolików. Sam siada przy biurku według następujących zasad:

Postawa wyprostowana, tułów oddalony od brzegu biurka o 3-5 cm. Głowa nieznacznie pochylona. Całe stopy dotykają podłogi. Przedramiona leżą na blacie, a łokcie wystają nieco poza jego brzeg.

Nauczyciel przedstawia te zasady w czasie przyjmowania odpowiedniej postawy, prosi uczniów o to, by siedli podobnie. Informuje uczniów, że taki sposób siedzenia wspiera kształtowanie odpowiedniej postawy.

Zadanie 4 – przy stolikach / 20 min.

Nauczyciel pyta uczniów: *What should you do to be healthy?* Wyjaśnia pytanie w razie potrzeby. Uczniowie podają odpowiedzi zaczynające się od *I should* lub *I shouldn't*.

Nauczyciel rozdaje karty pracy. Informuje uczniów o ograniczeniu czasowym (10 minut) i nastawia minutnik. W toku zadania nauczyciel zachęca uczniów do pytania kolegów i koleżanek o niezrozumiałe słówka lub pytania. W ostateczności uczniowie zwracają się do nauczyciela.

Po zakończeniu pracy uczniowie w parach porównują swoje wyniki.

Zadanie 5 – przy stolikach / 15 min.

Nauczyciel prosi uczniów o przekształcenie porad, które podawali w poprzednim zadaniu w polecenia. Wypisuje polecenia na tablicy (np. *don't eat fast food! Do exercise!*)

Uczniowie włączają aplikację z ćwiczeniem interaktywnym nr 30. Nauczyciel wyjaśnia polecenie i informuje ich o ograniczeniu czasowym (7 minut) oraz nastawia minutnik. W czasie pracy monitoruje pracę uczniów.

Ćwiczenie interaktywne nr 30:



Polecenie: Połącz początki i zakończenia zdań.

Opis: Ekran podzielony na dwie kolumny. W pierwszej kolumnie: Don't eat, Go for a, Don't play, Spend time, Take lunch, Do.

W drugiej kolumnie: walk, outside, sports, computer games for too long, to school, too many sweets.

Uczniowie mają połączyć dwie kolumny, tak, aby utworzyć poprawne zdania.

Klucz: Don't eat too many sweets, Go for a walk, Don't play computer games for too long, Spend time outside, Take lunch to school, Do sports.

Zadanie 6 – część rekreacyjna sali / 10 min.

Nauczyciel włącza nagranie nr 51. Uczniowie wykonują usłyszane polecenia.

Nagranie dźwiękowe nr 51:

*Jump!*

*Don't jump!*

*Clap your hands!*

*Don't clap your hands!*

*Touch your nose!*

*Touch your ears!*

*Turn around!*

*Walk!*

*Don't walk!*

*Dance!*

*Don't dance!*

Po skończonym nagraniu ochotnik (lub ochotnicy) może wydawać podobne polecenia używając trybu rozkazującego, reszta klasy je wykonuje.

Etap końcowy - część rekreacyjna sali / 5 min.

Nauczyciel prosi wybranego ucznia o zaprezentowanie dowolnego ćwiczenia na wspieranie właściwej postawy. Jeśli inni uczniowie również chcą się pochwalić znajomością ćwiczeń, nauczyciel wybiera jeszcze 2-3 z nich. Nauczyciel prosi kolejnego ucznia o zaprezentowanie właściwej postawy w czasie siedzenia przy biurku. Nauczyciel zadaje pytania:



Co trzeba robić, aby być zdrowym?

Czego nie wolno?

Dlaczego zachowanie właściwej postawy jest ważne?

Nauczyciel rozdaje najbardziej aktywnym uczniom naklejki i żegna się z nimi w j. angielskim, uczniowie żegnają się ze sobą nawzajem.

### Dodatkowo

Uczeń zdolny: wykonuje zadania dla ucznia zdolnego w karcie pracy nr 64.

Uczeń ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi: wykonuje zadania dla ucznia ze SPE w karcie pracy nr 64.