**Konspekt zajęć**

**I.T. s.48**

**Data realizacji……………**

**Prowadząca:**…………………………………………………

**Klasa:** II

**Aktywność:** Edukacja przyrodnicza

**Temat:** Wiem co jem.

**Cele:**

* Cel ogólny – Wyrabianie nawyku zdrowego odżywiania się.
* Cele szczegółowe - Uczeń:

1. zna zasady prawidłowego odżywiania się,
2. podaje przykłady artykułów spożywczych należących do grup: I zbożowe, II mięso, nabiał i ryby, III owoce i warzywa, IV tłuszcze,
3. rozumie, że odżywianie jest prawidłowe i zdrowe, gdy w codziennym jadłospisie znajdują się produkty urozmaicone tj. ze wszystkich grup.
4. wie gdzie i jak należy przechowywać żywność, by nie traciła wartości odżywczych, smakowych i nie ulegała szybkiemu zepsuciu.

**Metoda:**

1. podające: pogadanka, instrukcja,
2. problemowe - aktywizujące: opis wyjaśniający,
3. eksponujące: pokaz,
4. praktyczne: obserwacja.

**Formy:**

indywidualna, zespołowa

**Sposoby różnicowania metod i form pracy:**

Praca domowa może być w formie pisemnej i rysunkowej.

**Środki dydaktyczne**:

rozsypanka sylabowa, zagadki, malowanka tematyczna i kredki, łamigłówka z hasłem, artykuły żywnościowe

**Praca domowa:**

Napisz przepis na swoją ulubiona sałatkę.

**Przebieg:**

1. Powitanie dzieci iskierką przyjaźni.
2. Przedstawienie celu spotkania. Nauczyciel wyjaśnia dzieciom, że Ślimaczek lubi owoce i warzywa i zachęca je do poznania zasad dobrego odżywiania.
3. Zaprezentowanie wystawy żywności: warzywa i owoce, różne gatunki chleba, surówki, ryba, mleko itp. (produkty mogą być przyniesione przez dzieci)
4. Zwrócenie uwagi na wygląd i nazwy rzadko uprawianych warzyw i owoców jak np.:

- brokuł - aronia

- pasternak - pigwa

- rzepa - dynia olbrzymka

1. Rozwiązywanie zagadek. Prowadzący nauczyciel zadaje poszczególnym dzieciom zagadki ,a dziecko, które jako pierwsze odgadnie rozwiązanie (podniesie rękę) podaje je głośno. W nagrodę za właściwe rozwiązanie dziecko wybiera dowolny owoc lub warzywo z wystawy.

*" ... zielony ma garniturek i spodnie i sandały,*

*Zielony, zielony jest cały."*

ogórek

*Jesienią, jesienią w sadzie się rumienią*

*Czerwienią się złocą pomiędzy zielenią*

jabłka

*Posadził dziadek wiosną w ogrodzie.*

*Chodził ją potem oglądać co dzień.*

rzepka

*"Siedmiu małych braci w jednym strączku siedzi.*

*Każdy barwę ma zieloną jak jego sąsiedzi."*

groszek

*Raz wróbelek Elemelek znalazł sobie go w niedzielę.*

*Był nie za duży nie za mały, do zjedzenia doskonały*

ziemniak (kartofelek)

*Przyjechała panienka w czerwonych sukienkach,*

*Gdy ją rozbierali to nad nią płakali.*

cebula

*Pierwsze z drugim, to wołanie kukułeczki w lesie.*

*Trzecie z czwartym to je z lasu rad przyniesiesz.*

*Wszystko razem to na grzędzie w ogródeczku widzę,*

*To są smaczne i dojrzałe, żółte ...*

kukurydze

*Ma ją jesień do suszenia,*

*Oraz grzyby do suszenia.*

kapusta

1. Zabawa dydaktyczna " Co to jest". Do degustacji prowadzący zaprasza chętnych . Dziecko bada produkt żywnościowy tylko jednym zmysłem. Głośno określa jego cechy charakterystyczne. Pozostałe dzieci, w oparciu o te cechy muszą odgadnąć nazwę produktu. (Nagrody jak wcześniej.) np.:

*- dotyk ----- miękkie, duże, liście ----- sałata*

*- słuch ----- głuchy dźwięk, puste w środku, coś lekko grzechoce w środku ----- papryka*

*- węch ----- zapach dymu, wędzenia, czosnku ----- kiełbasa*

*- smak ----- soczysty, z pestkami, kwaśny ----- pomidor*

*- wzrok ----- wydłużony, lśniący, popękany, jasno brązowy,wypieczony, apetyczny ----- chleb*

1. Grupowanie (na cztery tace) opakowanych w folię produktów. Prowadzący zaprasza po dwóch reprezentantów z klasy, i poleca im poukładać na czterech tacach produkty znajdujące się w koszu. Na każdej z tac muszą być inne produkty. Pozostawiamy dzieciom swobodę działania. Mogą kierować się np

*- barwą*

*- smakiem*

*- pochodzeniem ( objaśniają  pojęcia "pochodzenie roślinne", "pochodzenie zwierzęce")*

*- terminem ważności ( objaśniają pojęcie "termin przydatności do spożycia")*

*- wartością odżywczą ( \*artykuły zbożowe, \*mięso, nabiał, ryby, \*warzywa i owoce, \*tłuszcze)*

Do każdej z klasyfikacji zapraszamy innych uczniów

1. Rozwiązywanie w grupach łamigłówki. Uczniowie w zespołach rozwiązują otrzymaną na kartkach łamigłówką wpisując brakujące litery. Odczytując kolejne litery odnajdują ukryte hasło.

C\_KIER \_OGAL \_GÓREK KAS\_A

\_LEKO M\_SŁO W\_NOGRON \_YTRYNA

MIĘS\_ ŚMIETA\_A J\_BŁKO BU\_YŃ

K\_EŁBASA S\_R \_WARÓG RYB\_

Hasło: UROZMAICONA DIETA

Prowadzący zaprasza chętnego ucznia do wyjaśnienie pojęcia.

1. Pogadanka na temat zdrowego odżywiania się. Prowadzący nauczyciel informuje zebranych o roli pieczywa gruboziarnistego, warzyw owoców nabiału i ryb; szkodliwość słodyczy, konieczność obecności w codziennym jadłospisie produktów ze wszystkich grup,...
2. Zabawa "Co jesz". Nauczyciel prowadzący zaprasza chętne dzieci do rozpoznawanie po smaku produktów żywnościowych. Uczniowie z klasy II i III starają się określić z jakiej grupy brak produktów w koreczku.

\_ biały ser, masło, ogórek, pieprz --------- brak artykułów zbożowych

\_ bułka, masło, pomidor, sól --------- mięsa, nabiału, ryb

\_ chleb, żółty ser, szczypior ---------- tłuszczu

\_ chleb, jajko, kiełbasa, masło ---------- warzyw, owoców

1. Zakończenia zajęć wspólnym wykonaniem sałatki warzywnej.