

Scenariusz zajęć pozalekcyjnych

KLASA: II B

DATA: 10.02.2012r. - czwartek

Czas trwania – 135 min.

PROWADZĄCA: mgr Dorota Dymarska

Oglądanie filmu „Mniam, mniam, mniam, mam smaka na kurczaka”. Omówienie skutków złego odżywiania.

Cele:

- Kształtowanie postawy prozdrowotnej.
- Propagowanie zdrowego odżywiania.
- Ukazanie skutków złego odżywiania, które utrzymują się, bądź ujawniają w późniejszych latach życia człowieka, np. problem otyłości, choroby cywilizacyjne itp.

Dziecko wie:

- O konieczności jedzenia potraw niezbędnych dla zdrowia.
- Jakie są zasady racjonalnego odżywiania.
- O tym, że żywność do spożycia musi być odpowiednio przygotowana i przechowywana.
- Czemu służy właściwe odżywianie.
- Jakie są możliwości oddziaływania na własne zdrowie, w kontekście podejmowanych przez siebie działań.

Dziecko rozumie:

- Konieczność przewyciężania uprzedzeń do niektórych potraw.
- Zasadność każdorazowego mycia rąk przed jedzeniem.
- Konieczność zachowania umiaru w spożyciu słodczy.
- Konieczność dostarczania organizmowi prawidłowych składników budulcowych: witamin i minerałów.
- Konieczność przestrzegania zakazu jedzenia nie umytych owoców i warzyw.

Dziecko potrafi:

- „żyć zdrowo”, zgodnie ze wskazówkami nauczycieli i rodziców.
- Dokonać prostych wyborów dotyczących dbania o zdrowie.

Metody:

- zadaniowa, pokaz i obserwacja, dyskusja, rozmowa, burza mózgów.

Formy:

- zbiorowa, grupowa.

Środki dydaktyczne:

- film „Mniam, mniam, mniam, mam smaka na kurczaka”, ilustracje owoców, warzyw i innych produktów spożywczych z kolorowych czasopism.

Przebieg zajęć

1. Spacer do kina – MGOK w Pogorzeli na film „Mniam, mniam, mniam, mam smaka na kurczaka”.

2. Powrót do szkoły. Rozmowa na temat filmu, m.in.:

- Do jakiej grupy zwierząt zaliczymy głównego bohatera?
- Co w filmie było realistyczne, a co fantastyczne?
- Co jadły, a co chciały zjeść, poszczególne zwierzątka występujące w filmie?

3. Dzielenie na zbiory - "zdrowe-niezdrowe".

Nauczyciel rysuje na tablicy dwa zbiory (dwa koła) i rozkłada ilustracje różnych produktów żywnościowych wycięte z kolorowych czasopism. Dzieci segregują produkty ze względu na wpływ na zdrowie:

- *do zielonego koła - produkty zdrowe* (jabłko, banan, brzoskwinia, winogrona, kapusta, marchewka, mleko, ser, jogurt, sok owocowy itp.)
- *do czerwonego - niezdrowe* (czekolada, lizak, chipsy, coca-cola, wafelki, ciastka, baton czekoladowy, cukierki itp.)

4. Rozmowa na temat potrzeby zdrowego odżywiania się. Uzasadnienie swojego wyboru, np.:

- Co powinniśmy jeść, aby być zdrowi?
- Dlaczego trzeba jeść dużo owoców i warzyw?
- Co można przyrządzić z owoców i warzyw?
- Jakie inne produkty wpływają korzystnie na nasze zdrowie?
- Dlaczego powinniśmy jeść również inne produkty?
- Czy ważne jest odpowiednie przechowywanie i przygotowywanie żywności?
- Co powinniśmy robić przed jedzeniem?
- Dlaczego brud jest szkodliwy?

5. Wypowiedzi dzieci na temat:

- Konieczności jedzenia owoców, warzyw i nabiału, aby być zdrowym, silnym.
- Ograniczenia spożywania niektórych produktów, nadmiernej ilości słodyczy, chipsów, ponieważ nadmierna ilość powoduje ból brzucha, psucie się zębów, złą kondycję fizyczną.

6. Pożegnanie.