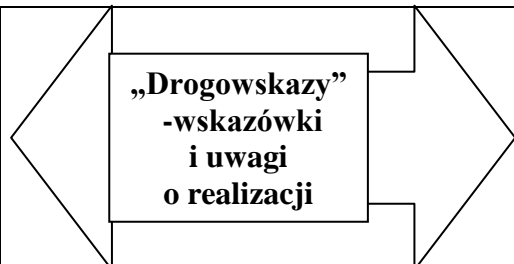


Scenariusz zajęć do programu kształcenia „Myślę - działam - idę w świat”

Autor: Beata Sochacka	
Klasa I Edukacja: przyrodnicza, techniczna, zdrowotna	Temat bloku: Żyję zdrowo Temat lekcji: Dbamy o zdrowie, tropimy witaminki.
Cele: - wdrażanie do zdrowego stylu życia, - rozwijanie zasad profilaktycznych w trosce o zdrowie.	Cele zajęć w języku ucznia: - dowiesz się jak dbać o zdrowie, unikać kataru, - nauczysz się refrenu piosenki „Witaminki” - wspólnie z innymi wykonasz sok owocowy.
Kryteria sukcesu dla ucznia: - wykonuję ćwiczenia oddechowe, - kroję owoce, przygotowuję i piję sok.	
Podstawa programowa: 3.1a /6.1 /6.9/ 9.1c/ 10.4b	
Metody pracy: polisensoryczna, aromaterapia, analizy pozawerbalnej, ekspresyjna, aromaterapia, obserwacja i aktywne doświadczanie wykonania soku, pokaz, kinezyjologii, edukacyjnej: ćwiczenia naprzemienne, oddychanie przeponowe, ewaluacyjna.	
Formy pracy: zbiorowa, jednostkowa	
Środki dydaktyczne: owoce: mandarynki, banany, pomarańcze, płyta CD z recytacją wiersza „Katar”, karta pracy – mapa mentalna „Zdrowie”, olejek pomarańczowy, wyciskarka do soków, animacja na platformie LearningApps.org	

Przebieg zajęć		
Działania uczniów		Centra Aktywnej Edukacji

<p>1. Owocowe powitanie, smakowanie owoców w porannym kręgu.</p> <p>2. Aktywne słuchanie wiersza J. Brzechwy „Katar”</p> <ul style="list-style-type: none"> • Naśladowanie „a – psik” przy kolejnych bohaterach wiersza <p>3. Rozmowa na temat, co czujemy, gdy mamy katar.</p> <p>4. Ustalenie zasad, które pomagają chronić się przed katarem – mapa mentalna „Zdrowie.”</p>	<p>1. Nauczyciel wita uczniów wręczając każdemu mandarynkę albo banana.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Na dywanie dzieci przeprowadzają rozmowę na temat spożywania owoców. • Dodatkowa inspiracją „Owocowa minka” – zał. nr1 • Nauczyciel wyjaśnia, że mandarynki i banany obierzemy na drugiej godzinie i w kuchni wykonamy sok. • Teraz częstuje uczniów już obranymi i rozdzielonymi kawałkami owoców. <p>2. Płyta : Jan Brzechwa „Wesołe wierszyki”, wydawnictwo Siedmioróg, Wrocław 2007</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nauczyciel przypomina o konieczności zakrywania ust ręką <p>3. Objawy :</p> <ul style="list-style-type: none"> - kichanie, uczucie drapania, tworzenie się wydzieliny z nosa <p>4. Hasła do Mapy mentalnej –zał. nr 2, którą dzieci częściowo ilustrują:</p> <ul style="list-style-type: none"> - długie spacery. - ćwiczenia oddechowe i relaks (15 minut dziennie), - inhalacja dróg oddechowych, - wietrzenie mieszkania, - odpowiedni ubiór, - picie herbaty z miodem i cytryną. 	<p>matematyczno - przyrodnicze</p> <p>polonistyczno-komunikacyjne</p> <p>matematyczno- przyrodnicze</p> <p>matematyczno- przyrodnicze</p>
---	---	---

<p>5. Aromaterapia w klasie Uczniowie obserwują przygotowanie ciepłej wody, samodzielnie wkrapiają do miseczek olejek pomarańczowy, wachają.</p> <p>6. Ćwiczenia rozluźniające i oddechowe</p> <p>7. Przygotowanie i smakowanie soku. Zasady pracy z wyciskarką.</p> <p>8. Zabawa ruchowa przy piosence „Witaminki”, nauka refrenu piosenki.</p> <p>9. „Owocowe minki”- smakowanie owoców: cytryn,</p>	<p>5. Nauczyciel przygotowuje w czajniku wodę, przelewa ją do miseczek.</p> <ul style="list-style-type: none"> Wyjaśnia uczniom, że zapach olejku pomarańczowego wpływa na dobry nastrój, natomiast olejek mandarynkowy (odwołuje się do mandarynek na stole), jest dobry na bezsenność. <p>6. Uczniowie piją wodę, następnie wykonują ćwiczenia. Ruchy naprzemiennie:</p> <ul style="list-style-type: none"> krzyżowanie wyprostowanych ramion przed klatką piersiową tak, aby na zmianę wyżej była ręka lewa potem prawa; dotykanie lewą dłonią prawego łokcia i odwrotnie <p>Oddychanie przeponowe</p> <ul style="list-style-type: none"> wdech nosem, krótkie wydechy przez zaciśnięte wargi wdech nosem, ręce na brzuchu, na wdechu podnoszą się, a na wydechu opuszczają się. Robimy wdech i liczymy do trzech, zatrzymujemy oddech na trzy sekundy, wydechamy i znowu liczymy do trzech. I kryterium sukcesu <p>7. Przejście do kuchni – podział i realizacja zadań:</p> <ul style="list-style-type: none"> obieranie i krojenie bananów, obieranie i dzielenie mandarynek’ wkładanie do pojemnika - wyciskarki, dodanie również 3 dużych pomarańczy, sprzątanie, rozmowa na temat łatwego, ale bezpiecznego obsługiwanie wyciskarki, obserwacja wykonania soku. II kryterium sukcesu <p>8. Muz. K. Marzec; słowa A.M. Grabowski – płyta CD 2011 Magic Records Sp.z o.o. Nagrania Muzyczne, ul. Włodarzewska 69, 02-384 Warszawa; HH 6002334</p> <p>9. Taca z owocami została przygotowana podczas pobytu w kuchni.</p>	<p>matematyczno- przyrodnicze</p> <p>artystyczno-ruchowe</p> <p>matematyczno- przyrodnicze</p> <p>artystyczno-ruchowe</p> <p>matematyczno- przyrodnicze</p>
---	--	---

<p>jablek, mandarynek i „robienie” miniek wyrażających nastroj smaku.</p> <p>10. Ewaluacja atrakcyjności zajęć „Czy zajęcia były atrakcyjne?”</p>	<p>10. Wyrazem twarzy uczniowie przekazują minkę, która wyraża atrakcyjność zajęć i zaniekawienie uczniow.</p> <ul style="list-style-type: none">• Nauczyciel liczy uśmiechnięte minki, wpisuje wyniki do klasowej minki <p>„Atrakcyjność zajęć – zał. 3 np. 20/20</p>	<p>polonistyczno-komunikacyjne</p>
---	---	------------------------------------

„Owocowa minka”

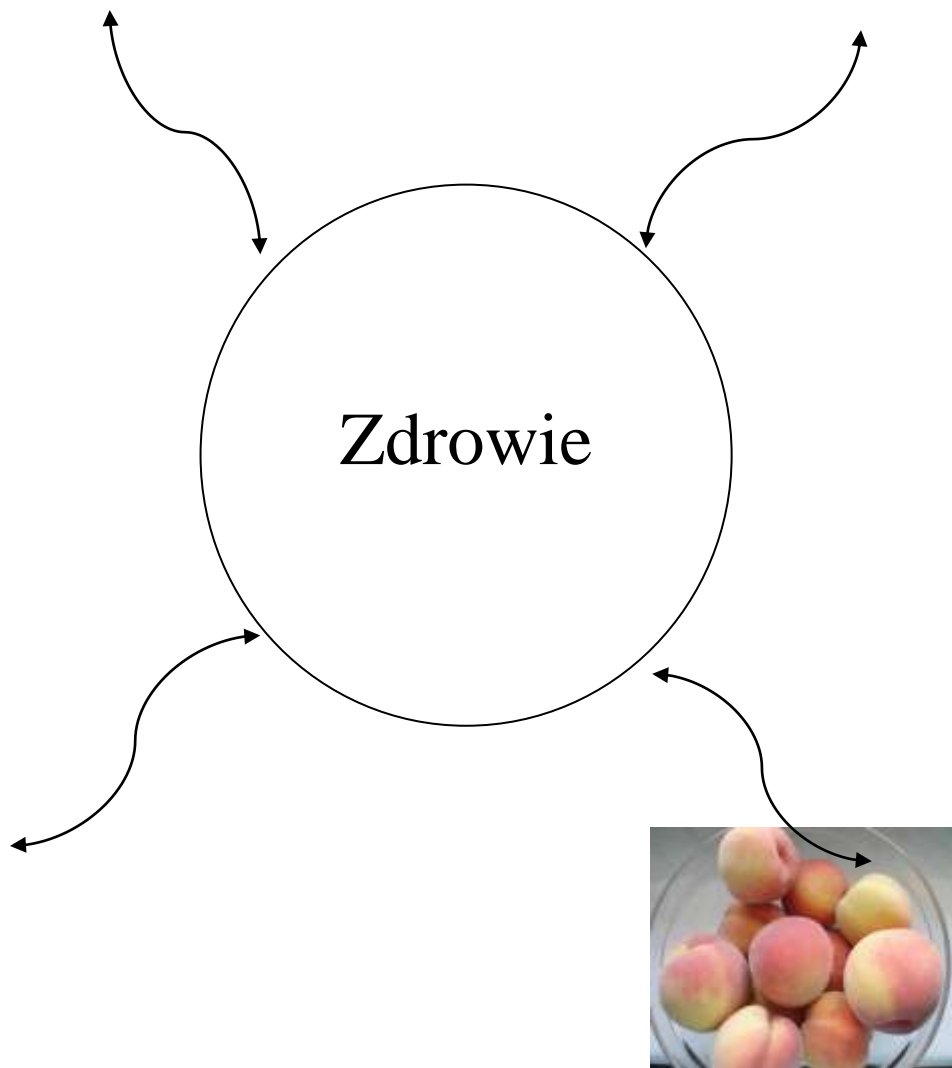


.....
Imię i nazwisko

Załącznik nr 2

Karta pracy - ZDROWIE

Co pomaga być zdrowym?



Minka ewaluacyjna



Atrakcyjność zajęć