

Dbamy o swoje zdrowie

KONSPEKT ZAJĘĆ Opracowanie: Paulina Olesiak

Czas trwania- 45 – 60 min. Zajęcia mogą być rozbite na dwie jednostki.

Cele operacyjne:

- dziecko słucha w skupieniu opowiadania;
- potrafi opowiedzieć o czym było opowiadanie i ocenić postępowanie bohaterów;
- wie, jakie produkty spożywcze są zdrowe, a których należy unikać, bądź spożywać w ograniczonych ilościach;
- wie jak duże znaczenie ma zdrowe odżywianie dla naszego zdrowia;
- wie, jakie skutki niesie za sobą niezdrowe odżywianie;

Metody i formy pracy:

- rozmowa;
- pogadanka;
- burza mózgów;
- prezentacja multimedialna;

Środki dydaktyczne: książka Barbary Jadach „Moje zabawki i inne bajki wychowawcze”, prezentacja multimedialna, obrazki przedstawiające różne produkty spożywcze, duża kartka papieru, flamastry, klej.

Przebieg zajęć:

I. Część wstępna.

1. Powitanie dzieci piosenką M. Bogdanowicz : „Wszyscy są, witam Was”.
2. Co oznacza zdrowy tryb życia?- burza mózgów.

II. Część główna.

1. Słuchanie opowiadania Beaty Barbary Jadach pt. „Czary Magika” z serii „Moje zabawki i inne bajki wychowawcze”.
2. Rozmowa dzieci na temat zachowania głównej bohaterki. Ocena jej postępowania, oraz skutków jakie mogą za tym iść.
3. Oglądanie prezentacji multimedialnej przedstawiającej piramidę zdrowego żywienia, oraz wszystkich jej poszczególnych poziomów.
4. Segregowanie przez dzieci obrazków przedstawiających produkty spożywcze na zdrowe i niezdrowe.
5. Wspólne wykonanie pracy plastycznej- piramidy zdrowego żywienia.

III. Zakończenie.

1. Podsumowanie tematu. Wypowiedzi dzieci na temat potrzeby zdrowego odżywiania i jego znaczenia dla naszego organizmu.
2. „Iskierka.”- Dzieci trzymają się za ręce siedząc w kole. N mówi:” Iskierkę przyjaźni puszczam w krąg, niech przyjazna i wesoła wróci do mych rąk”. Każde z dzieci ścisną rękę dziecka siedzącego obok, tak, aby „iskierka- uścisk” wróciła do nauczyciela.

Opracowała: Paulina Olesiak.