

Scenariusz zajęcia z wykorzystaniem metod aktywizujących w pracy z dziećmi pięcioletnimi i sześcioletnimi

Temat : W okresie przedwiośnia dbamy o zdrowie.

Temat zajęcia: Jak dbać o zdrowie?

Cele ogólne:

- uświadomienie dzieciom, w jaki sposób mogą dbać o swoje zdrowie,
- kształtowanie postawy prozdrowotnej.

Cele operacyjne: dziecko

- wie jakie produkty żywnościowe są zdrowe, a jakie niezdrowe,
- wie, że warzywa i owoce oraz nabiał to źródła witamin,
- rozumie konieczność dbania o higienę i estetyczny wygląd,
- rozumie znaczenie gier i zabaw ruchowych dla zdrowia,
- potrafi odpowiadać na pytania,
- zgodnie współdziała z innymi.

Metody: słowne, praktycznego działania,

aktywizujące: metody integracyjne, burza mózgów, dywanik pomysłów, elementy dramy, graffiti, „Krasnoludek”, technika bez przymusu, technika zdania podsumowujące.

Środki dydaktyczne: napis „zdrowie”, nagranie piosenki: „Sport to zdrowie”, magnetofon, ilustracje produktów zawierających witaminy A, B, C, D, tekst wiersza Stanisława Karaszewskiego „Witaminowe abecadło”, obrazki konturowe różnych produktów żywnościowych do kolorowania (ilustracje artykułów żywnościowych: cukierki, coca-cola, woda mineralna, jabłko, sałata, ogórek, rzodkiewka, cebula, marchew, mleko, szynki, ciasta, kiełbasy, udu kurczaka), ilustracje przedstawiające różne zabawy ruchowe, cenki sklepowe, dwa plakaty – kosz i walizka, słonko i chmurka, buźki – uśmiechnięta i smutna.

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

1. Powitanie w kręgu :

„Witam was, witam was,
zaczynamy już czas,
jesteś ty, jestem ja
raz, dwa, trzy”.

Powitanie zabawą „Iskierka zdrowia”. Dzieci stoją w kręgu, przekazują sobie iskierkę zdrowia przez uścisk dłoni. Nauczyciel rozpoczyna zabawę słowami: „Iskierkę zdrowia puszczam w krąg, niech wróci do moich rąk” .

2. Krąg uczuć – ćwiczenie z zastosowaniem techniki „Krasnoludek”- rolę krasnoludka pełni pięczka z uśmiechniętą buźką.
Dzieci siedzą w kręgu. Dziecko trzymające „krasnoludka” mówi innym, jaki ma dzisiaj nastrój.
- „Jestem dzisiaj radosny, bo...”
- „Jestem dzisiaj smutny, dlatego, że...”
3. Burza mózgów – tworzenie listy skojarzeń do hasła *zdrowie*.
Z czym kojarzy wam się zdrowie?
Nauczyciel zapisuje skojarzenia podawane przez dzieci na tablicy.
4. Dywanik pomysłów – wspólne rozwiązanie problemu:
Co musimy robić, aby dbać o swoje zdrowie?
Dzieci podają propozycje, nauczyciel zapisuje je na paskach papieru i przypina na tablicy przy postawionym problemie. Proponowane przez dzieci pomysły np.:
Dbać o czystość.
Prawidłowo się odżywiać.
Dbać o higienę psychiczną.
Ubierać się stosownie do pogody.
Codziennie ćwiczyć, biegać. Itp.
Nauczyciel rozdaje dzieciom cenki sklepowe (każda po jednym punkcie) i prosi o umieszczenie ich przy tych propozycjach, które według nich są najbardziej słuszne.
5. Improwizacja ruchowa do piosenki: „Sport to zdrowie”.
6. Słuchanie wiersza Stanisława Karaszewskiego „Witaminowe abecadło”.
Oczy, gardło, włosy, kości
zdrowsze są, gdy A w nich gości.
A w marchewce, pomidorze,
w maśle, mleku też być może.

B - bądź bystry, zwinny, żwawy
do nauki i zabawy!
W drożdżach, ziarnach i orzeszkach,
w serach, jajkach B też mieszka.

Naturalne witaminy
lubią chłopcy i dziewczyny.
Bo najlepsze witaminy
to owoce i jarzyny.

C - to coś na przeziębienie
i na lepsze ran gojenie.
C: porzeczką i cytryną,

świeży owoc i jarzyna!

*Zęby, kości lepiej rosną,
kiedy D dostaną wiosną.
Zjesz ją z rybą, jajkiem, mlekiem.
Na krzywicę D jest lekiem.*

*Naturalne witaminy
lubią chłopcy i dziewczyny.
Mleko, mięso, jajka, sery,
w słońcu marsze i spacerują.*

- Rozmowa na temat wiosennego osłabienia organizmu i zwiększenia zapotrzebowania na witaminy.

- Dzieci wymieniają nazwy witamin, o których usłyszały w wierszu:

A – marchew, pomidory

B – ziarna, orzechy, sery, jajka

C – porzeczki, cytryny, warzywa

D – ryby, jajka, mleko

- Dzieci wyszukują obrazki produktów, które zawierają witaminy i przyklejają na szarym papierze przy odpowiednich literach witamin.

6. Kolorowanie przez dzieci obrazków przedstawiających różne produkty żywnościowe.

7. Kosz i walizeczka – nauczyciel przygotowuje na tablicy dwa plakaty z narysowanym koszem i walizeczką.

Dzieci przyczepiają pod walizką obrazki zdrowych produktów żywnościowych, a pod koszem obrazki produktów niezdrowych, które wcześniej pokolorowały.

Dzieci nazywają te produkty, które należy zjadać, aby być zdrowym.

8. Żeby być zdrowym należy podejmować słuszne decyzje.

Nauczyciel poleca dzieciom, żeby usiadły przy stolikach i zaznaczyły w kartach pracy obrazki z rzeczami, które są dla nas zdrowe. Załącznik nr 1.

9. Zaproponowanie wspólnego odczytania hasła:

„My jesteśmy mikroby, roznosimy choroby.

Czaimy się skrycie, czyhamy na życie”.

„Dobrze żyje, kto się myje”.

9. Etiudki pantomimiczne – dzieci podzielone na cztery grupy, każda grupa pokazuje ruchem, gestem, mimiką wskazaną przez nauczyciela grę ruchową. Pozostałe dzieci rozpoznają jaki to rodzaj sporu.

A: Gra w piłkę nożną.

B: Gra w koszykówkę.

C: Gra w hokeja.

D: Gra w siatkówkę.

10. Zabawa ruchowa do piosenki: „Głowa, ramiona, kolana, pięty”.

*Ruch i podskok to zabawa,
sport dla dzieci ważna sprawa.*

*Ręce w górę, w przód i w tył,
skłon do przodu, przysiad, skok.*

*Głowa, ramiona, kolana, pięty,
kolana, pięty, kolana, pięty.*

*Głowa, ramiona, kolana, pięty,
kolana, pięty, kolana, pięty.*

11. Metoda graffiti – dokończanie zdań z wykorzystaniem techniki bez przymusu.

Dobrze być zdrowym, ponieważ....(ewentualne propozycje dzieci: możemy cieszyć się życiem, wesoło się bawić, robić to co lubimy, osiągać zamierzone cele itp.)

12. Ewaluacja – technika: zdania podsumowujące.

Nauczyciel prosi dzieci o dokończenie zdania zaczynającego się od zwrotów takich jak:

„Dowiedziałem się, że”

„Zaczynam się zastanawiać ...”

13. „Słoneczko i chmurka” – ewaluacja wrażeń. Nauczycielka rozkłada karteczki z imionami dzieci. Dzieci wyszukują kartonik ze swoim imieniem. Jeśli są szczęśliwe, mają ułożyć je na słońcu, jeśli smutne – na chmurce.

14. „Koszyczek” – pożegnanie. Dzieci stoją w kręgu – uścisk przeplecionych dłoni.

Żeby być zdrowym musimy podejmować dobre decyzje.

Zaznacz rzeczy, które są zdrowe.

