**KONSPEKT ZAJĘĆ**

**ROK SZKOLNY 2025/20256**

**Temat:** „Dzień Tornistra”

**Cel ogólny:** Usystematyzowanie wiedzy na temat wybranych czynników wpływających na postawę ciała.

**Cele szczegółowe:**

* uświadomienie wpływu noszenia ciężkiego tornistra na postawę ciała,
* ukształtowanie umiejętności właściwego pakowania tornistra,
* wzbogacenie wiedzy na temat cech prawidłowo dobranego tornistra.

**Przebieg zajęć:**

1. Powitanie dzieci wierszykiem *,,Tornister pełen uśmiechów”* Wandy Chotomskiej   
   (zał. nr 1).
2. Nauczyciel wymienia warunki sprzyjające kształtowaniu prawidłowej postawy ciała:

* aktywność fizyczna,
* odpowiednia ilość wypoczynku,
* odpowiednio dopasowane do wzrostu dziecka krzesło i biurko,
* prawidłowo dobrany tornister.

1. Nauczyciel w nawiązaniu do treści wiersza zadaje dzieciom pytania:

* Co bohater wiersza wkładał do tornistra?
* Co Wy pakujecie do tornistra?
* Co według Was powinno znajdować się w tornistrze?

1. Nauczyciel wyjaśnia dzieciom w jaki sposób należy nosić tornister.
2. Nauczyciel rozdaje dzieciom do rozwiązania krzyżówki, wyjaśnia, że hasło będzie się

składało z 4 wyrazów (zał. nr 2). Krzyżówki przeznaczone są dla klas II-III szkoły podstawowej, a także I – po akceptacji nauczyciela prowadzącego.

1. Na koniec zajęć nauczyciel rozdaje dzieciom do domu karty pracy z poleceniem:

*„Narysuj obok tornistra niezbędne przedmioty, które należy w nim umieścić idąc do szkoły. Pokoloruj rysunek.”* (zał. nr 3).

zał. nr 1

Wanda Chotomska

***,,Tornister pełen uśmiechów”***

**Co zapakujesz w tornister?**

Książki, zeszyty czyste,

ołówek, kredki, długopis.

**I na tym kończy się opis?**

Nie! Jeszcze włożę linijkę,

jeszcze ekierkę i cyrkiel,

jeszcze drugie śniadanie,

jeszcze jabłko rumiane.

I jeszcze...

**Co tam jeszcze?**

Jeszcze coś bardzo ważnego:

mnóstwo wesołych uśmiechów!

Zaniosę je do szkoły,

żeby się co dzień dzielić

uśmiechem z kolegami

i z każdym z nauczycieli.

I z Panią woźną w szatni,

i z tym kolegą małym,

co pierwszy raz jest w szkole

i strasznie jest nieśmiały...

zał. nr 2

***KRZYŻÓWKA***

**Hasło:** **LEKKI PLECAK PROSTE PLECY**

1. Np. Ia, IIIc, IIb.
2. Nauczyciel pisze nią po tablicy.
3. Wracasz do niej po wakacjach.
4. Kolorowe, pastelowe, świecowe.
5. Chowasz do niego ołówek, długopis i linijkę.
6. Jest miękka, kolorowa, można z niej lepić.
7. Może być w tubce lub w sztyfcie.
8. W kratkę, w linie, bądź gładki.
9. Posługujesz się nimi, gdy chcesz coś wyciąć.
10. Plakatowe, olejne, akwarelowe.
11. Odmierza milimetry, centymetry.
12. Malujesz nim farbami.
13. Odpowiednio dopasowany, bez zbędnych rzeczy, nosisz go na plecach idąc do szkoły.
14. Piszesz nim w zeszycie, może być różnokolorowy.
15. Gimnastyczna …
16. Służy do ostrzenia ołówka lub kredki.
17. Dzwonek na nią Cię woła, gdy kończy się przerwa.
18. Książka, z której uczysz się w szkole.
19. Szkło powiększające.
20. Pierwsze zjadasz w domu, drugie zabierasz do szkoły.
21. Prowadzi lekcje.
22. Możesz go wykonać podczas zajęć plastycznych.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  | **1.** | **K** | **L** | **A** | **S** | **A** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **2.** | **K** | **R** | **E** | **D** | **A** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **3.** | **S** | **Z** | **K** | **O** | **Ł** | **A** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **4.** | **K** | **R** | **E** | **D** | **K** | **I** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **5.** | **P** | **I** | **Ó** | **R** | **N** | **I** | **K** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **6.** | **P** | **L** | **A** | **S** | **T** | **E** | **L** | **I** | **N** | **A** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **7.** | **K** | **L** | **E** | **J** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **8.** | **Z** | **E** | **S** | **Z** | **Y** | **T** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9.** | **N** | **O** | **Ż** | **Y** | **C** | **Z** | **K** | **I** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **10.** | **F** | **A** | **R** | **B** | **Y** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **11.** | **L** | **I** | **N** | **I** | **J** | **K** | **A** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **12.** | **P** | **Ę** | **D** | **Z** | **E** | **L** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **13.** | **T** | **O** | **R** | **N** | **I** | **S** | **T** | **E** | **R** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **14.** | **D** | **Ł** | **U** | **G** | **O** | **P** | **I** | **S** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **15.** | **S** | **A** | **L** | **A** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **16.** | **T** | **E** | **M** | **P** | **E** | **R** | **Ó** | **W** | **K** | **A** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **17.** | **L** | **E** | **K** | **C** | **J** | **A** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **18.** | **P** | **O** | **D** | **R** | **Ę** | **C** | **Z** | **N** | **I** | **K** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **19.** | **L** | **U** | **P** | **A** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **20.** | **Ś** | **N** | **I** | **A** | **D** | **A** | **N** | **I** | **E** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **21.** | **N** | **A** | **U** | **C** | **Z** | **Y** | **C** | **I** | **E** | **L** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **22.** | **R** | **Y** | **S** | **U** | **N** | **E** | **K** |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  | **1.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **2.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **3.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **4.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **5.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **6.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **7.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **8.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **10.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **11.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **12.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **13.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **14.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **15.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **16.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **17.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **18.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **19.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **20.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **21.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **22.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

zał. nr 3

****