

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ W PRZEDSZKOLU NA TEMAT ŻYWNOŚCI EKOLOGICZNEJ W RAMACH PROGRAMU EDUKACYJNEGO GŁÓWNEGO INSPEKTORATU SANITARNEGO (5)

**Temat:** Zdrowy tłuszcz, oliwa na nasz organizm dobrze wpływa

**Grupa docelowa:** dzieci 6-letnie

**Czas trwania:** 40 min

**Cele ogólne:**

- poznanie dobrych tłuszczów, ważnych dla organizmu człowieka
- kształtowanie postawy badacza poprzez zainteresowanie doświadczeniami tematycznymi
- wdrażanie do przestrzegania zasad współpracy
- utrwalenie haseł związanych ze zdrową żywnością.

**Cele szczegółowe:**

**Dziecko:**

- rozpoznaje produkty z zawartością tłuszczu np. orzechy
- przestrzega ładu i porządku podczas przeprowadzania doświadczeń
- samodzielnie wykonuje doświadczenie zgodnie z instrukcją
- rozróżnia i opisuje kształt, wielkość i smak konsumowanych nasion słonecznika i orzechów.

**Metody:**

- **słowne:** rozmowa z dziećmi
- **oglądowe:** obserwacja produktów
- **czynne:** zadania stawiane do wykonania - przeprowadzenie doświadczeń, praca z matą edukacyjną

**Formy:**

- zbiorowa
- zespołowa
- indywidualna.

**Środki dydaktyczne:**

- woreczek z kolorowymi karteczkami lub żetonami (6 kolorów)
- kłębki wełny (lub wstążeczki) w tych samych kolorach, co karteczki (lub żetony)
- oliwa, ziarna słonecznika, orzechy włoskie, oliwki, awokado (lub inne produkty z zawartością tłuszczu)
- stół doświadczalny, na którym znajdują się: łyżki, patyczki do uszu, rączniki jednorazowe, zakrętki od butelek, zakrętki od słoików
- po 5 ponumerowanych pustych kartek wielkości pocztówki dla każdego zespołu
- małe porcyjki ziaren słonecznika i orzechów, które są przygotowane dla dzieci na talerzykach
- 5 kartek z kodem na matę edukacyjną np. C3, B5, F4, E1, D6
- 5 obrazków produktów żywnościowych z każdego piętra piramidy zdrowego żywienia.

## I. Wstęp

TOK	CZYNNOŚCI NAUCZYCIELA	CZYNNOŚCI DZIECI	ŚRODKI DYDAKTYCZNE
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Przed zajęciami N ma przygotowane: <ul style="list-style-type: none"> <li>- w woreczku kartoniki <b>w pięciu</b> kolorach do losowania przez dzieci, by utworzyły grupy</li> <li>- kłębki wełny w tych samych kolorach co kartoniki; na ich końcu w ukryciu przywiązane są: <ul style="list-style-type: none"> <li>- po <b>jednym</b> produkcie z części piramidy TŁUSZCZE: oliwa, ziarna słonecznika, orzechy włoskie, oliwki, awokado</li> <li>- po <b>jednej</b> kartce z kodem na matę edukacyjną np. C3, B5, F4, E1, D6</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>- przy piramidzie leży ostatni jej kawałek do uzupełnienia</li> <li>- STOLIK doświadczalny, na którym znajdują się: <ul style="list-style-type: none"> <li>- łyżki</li> <li>- patyczki do uszu</li> <li>- ręczniki jednorazowe</li> <li>- zakrętki od butelek</li> <li>- zakrętki od słoików</li> </ul> </li> </ul>		
1. Zabawa <b>Po nitce do celu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wylosuj z woreczka jeden kartonik, sprawdź jego kolor i stań przy takim samym kolorze kłębka wełny.</li> <li>- Nawijając wełnę na kłębek idźcie tam, gdzie zaprowadzi was nitka. Sprawdźcie, co jest na jej końcu.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dz. tworzą 5 zespołów.</li> <li>• Dz. nawijając wełnę na kłębek dochodzą do celu – ukrytych: butelki oliwy, orzechów, nasion słonecznika, oliwek, awokado oraz kartki z kodem do maty edukacyjnej.</li> <li>• Dz. ustawiają znalezione produkty na stoliku doświadczalnym, oglądają znaleziska i zauważają, że wszystkie mają znajomy znaczek <i>produkt ekologiczny</i>.</li> <li>• Dz. siadają zespołami przy stoliku z symbolem swojego koloru.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• oliwa, ziarna słonecznika, orzechy włoskie, oliwki, awokado</li> <li>• kłębki wełny w różnych kolorach</li> <li>• kartki z kodem</li> </ul>
2. Podanie celu	- <i>Dziś zajmiemy się tymi produktami.</i>		

	<p><i>Dowiemy się, dlaczego one są ważne dla naszego organizmu. Przeprowadzimy też kilka badań ze znalezionymi produktami. Znalezioną kartkę z kodem odłóżcie na razie w wybrane miejsce poza swoim stolikiem.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dz. odkładają kartkę z kodem w wybranym miejscu poza swoim stolikiem.</li> </ul>	
--	--	---	--

## II. Rozwinięcie

1. Przygotowanie do doświadczeń i wykonanie ich	<p><i>- W zespołach wykonamy doświadczenia. Słuchajcie uważnie moich instrukcji do ich wykonania. Proszę, abyście w zespole współpracowali ze sobą, kolejno podchodzili do stolika z przyborami do doświadczeń, kolejno wykonywali doświadczenia i kolejno odnosili przybory doświadczalne. Na stolikach macie kawałki ręczników jednorazowych, by wycierać ręce po zrobieniu każdego doświadczenia.</i></p> <p>1. Plamka oliwy na kartce.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>N nalewa na małe zakrętki porcyjki oleju</li> </ul> <p><i>- Zamocz delikatnie patyczek w oliwie i dotknij nim kartkę nr 1. Co zauważasz?</i></p> <p>2. Rozgniecenie kawałka orzecha na kartce.</p> <p><i>- Zabierz dla swojego zespołu kawałek orzecha i łyżkę. Na kartce nr 2 rozgnieć łyżką orzech. Co zauważasz?</i></p> <p>3. Rozgniecenie ziarna słonecznika</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Na każdym stoliku leżą ponumerowane od 1 do 5 kartki wielkości pocztówki.</li> <li>Dz. ustalają, kto po kolei będzie podchodził do stolika doświadczalnego po akcesoria niezbędne do wykonania doświadczeń, kto będzie je odnosił, kto będzie wykonywał dane doświadczenie, gdy inni będą je obserwować. (Może uda się, by każde dziecko miało okazję wykonać jedno doświadczenie).</li> <li>Pierwsze dz. zabiera ze stolika zakrętkę z oliwą i patyczek higieniczny.</li> </ul> <p><i>- Widać plamkę. Jest tłusta.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kolejne dz. zgodnie z instrukcją wykonuje doświadczenie, wszyscy obserwują jego efekt, oceniają, że na kartce papieru jest tłusta plama.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>instrukcje do wykonania doświadczeń</li> <li>po 5 ponumerowanych kartek wielkości pocztówki</li> </ul>
---	---	---	---

	<p>na kartce.  <i>- Zabierz dla swojego zespołu nasiona słonecznika i łyżkę. Na kartce nr 3 rozgnieć łyżką nasiona. Co zauważasz?</i></p> <p>4. Położenie kawałka oliwki na kartce.  <i>- Zabierz dla swojego zespołu kawałek oliwki. Połóż ją na kartce nr 4. Co zauważasz?</i></p> <p>5. Położenie na kartce kawałka awokado.  <i>- Zabierz dla swojego zespołu kawałek awokado. Połóż go na kartce nr 5. Co zauważasz?</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dz. zgodnie z instrukcją wykonują doświadczenie, obserwują jego efekt, oceniają, że na kartce papieru jest tłusta plama.</li> <li>• Dz. obserwują uzyskany efekt doświadczenia.</li> <li>• Dz. obserwują uzyskany efekt doświadczenia.</li> </ul>	
2. Podsumowanie doświadczeń i ustalenie wniosku		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dz. ustalają wniosek, że tłuszcz to nie tylko płynna, tłusta oliwa. Zauważają, że w orzechach, ziarnach słonecznika, oliwkach i awokado też jest tłuszcz.</li> </ul>	
	<p><i>- Nasz organizm potrzebuje zdrowego tłuszczu, by składniki z innych produktów, które jemy lepiej wykorzystać. Np. są takie witaminy, które potrzebują tłuszczu, by nasz organizm je lepiej przyjął.</i></p> <p><i>- Możemy powiedzieć: <b>Zdrowy tłuszcz, oliwa na nasz organizm dobrze wpływa.</b></i></p> <p><i>- Z jakimi potrawami jemy takie zdrowe tłuszcze?</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dz. powtarzają to hasło.</li> <li>• Dz. wypowiadają się np. trochę oliwy dodaje się do sałatek, surówek. Orzechy i ziarna słonecznika możemy jeść same, są też w niektórych pieczywie.</li> </ul>	
3. Porządkowanie stanowisk doświadczalnych		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dz. porządkują stanowiska po doświadczeniach, myją ręce.</li> </ul>	

4. Uzupełnienie piramidy brakującym elementem	<ul style="list-style-type: none"> <li>N pokazuje ostatni element piramidy. <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Ile zdrowego tłuszczu w porównaniu z innymi produktami powinniśmy zjadać?</i></li> <li><i>Najmniej, ale pamiętajmy, że jest on dla naszego organizmu ważny i nie powinno go w naszym pożywieniu zabraknąć.</i></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dz. umieszczają go na szczycie piramidy. <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Najmniej.</i></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>piramida</li> </ul>
5. Konsumpcja ziaren słonecznika i orzechów	<ul style="list-style-type: none"> <li>N prosi panią pomoc N o małe porcje ziaren słonecznika i orzechów, które są przygotowane dla dzieci na talerzykach.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dz. częstują się.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>porcje ziaren słonecznika i orzechów</li> </ul>
6. Utrwalenie znajomości piramidy zdrowego odżywiania się i zdrowego stylu życia	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Nasza piramida zdrowego odżywiania się i zdrowego stylu życia jest już cała uzupełniona. Przypomnij, o czym ona nas informuje?</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dz. wypowiadają się, zwracają uwagę m.in. na to, że piramida pokazuje, jakie produkty powinniśmy jeść i ile ich powinniśmy jeść - czego więcej, czego mniej.</li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>N rozkłada na podłodze matę edukacyjną. Na polach C3, B5, F4, E1, D6, zgodnych ze znalezionymi przez dzieci kodami, losowo rozkłada zakryte obrazki żywności wycięte z gazetek reklamowych (różne piętra piramidy). <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Przynieś teraz do stolika, znalezioną przez was na początku zajęć, kartkę z kodem.</i></li> <li><i>Przeczytajcie swój kod, poszukajcie odpowiedniego pola na macie, zabierzcie obrazek.</i></li> <li><i>Sprawdź, w którym miejscu piramidy jest wasz produkt i powiedz, czego powinniście jeść więcej od niego, a czego mniej.</i></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zespoły po kolei, zgodnie z instrukcją nauczyciela, wykonują zadanie.</li> <li>Dz. które znalazły obrazek np. nabiału, oceniają, że więcej od nabiału powinniśmy jeść pieczywa, warzyw i owoców, a mniej mięsa, jaj i tłuszczu.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mata edukacyjna</li> </ul>

--	--	--	--

### III. Zakończenie

1. Podsumowanie	<p>- Przez kilka dni rozmawialiśmy o zdrowej żywności. Zdobyliście sporo wiedzy na jej temat.</p> <p>- Po czym poznamy, że dany produkt jest zdrowy, ekologiczny?</p> <p>- Rozejrzyj się po sali, gdzie takie znaczki dostrzegasz?</p> <p>- Ten obraz ma nam przypominać drogę od zdrowej gleby do pól ze zdrowymi produktami w sklepie. Zerkajcie na tę ilustrację co jakiś czas.</p> <p>- Wyklaskując sylaby, dokończ hasła z kolejnych zajęć</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Warzywa i owoce...</b></li> <li>• <b>Sił przybywa...</b></li> <li>• <b>Piękne zęby i mocne kości...</b></li> <li>• <b>Ekologiczne mięso i jaja...</b></li> <li>• <b>Zdrowy tłuszcz, oliwa...</b></li> </ul>	<p>- Po znaczku produkt ekologiczny.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dz. zauważają znaczki produkt ekologiczny przy scenie <b>OD ZDROWEJ GLEBY DO ZDROWYCH PRODUKTÓW ŻYWNOŚCIOWYCH.</b></li> </ul> <p>- ...w nich energii moce</p> <p>- ...od kromki zdrowego pieczywa</p> <p>- ...gdy zdrowy nabiał na stole gości</p> <p>- ...naszą krzepę podwaja!</p> <p>- ...na nasz organizm dobrze wpływa.</p>	
2. Nadanie EKOimion	<p>- Skoro umiecie rozpoznawać ekologiczną żywność, wiecie, dlaczego trzeba ekologicznie odżywiać się i prowadzić zdrowy styl życia to zmieńmy swoje imiona na Ekoimiona. Ja mam na imię np. EkoZosia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dz. podają swoje EkoImiona.</li> </ul>	
3. Zaproszenie EkoDzieci do wspólnego ćwiczenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• N wyświetla planszę z kodem do odwzorowania go ruchem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dz. poruszają się zgodnie z kodem.</li> </ul>	