



I Część wprowadzająca (5 minut)

1. Pytania do uczniów:

- czy zażywają suplementy diety?
- czy ich rodzice/opiekunowie zażywają suplementy diety?
- czy znają różnicę między lekiem a suplementem?
- czy konsultowali zażywanie suplementów ze specjalistą?

2. Wprowadzenie do tematu, zapoznanie z tematyką programu.

III Część podsumowująca (5 minut)

1. Wyświetlenie najważniejszych informacji do zapamiętania (slajdy 31–35).
2. Pytanie do uczniów: czy dowiedzieli się czegoś nowego?
Czy przekażą informacje w domu?

Prezentację po zajęciach, jako materiał informacyjny, należy przesłać do uczniów, rodziców, opiekunów oraz pracowników szkoły drogą elektroniczną.

II Część realizacyjna (35 minut)

1. Podstawowe informacje o suplementach diety (prezentacja dla uczniów: slajdy 1–9) oraz informacje o znakowaniu suplementów diety (slajdy 10–11).
2. Kiedy stosowanie suplementów diety może być zasadne?
Wyświetlenie kilku propozycji (Załącznik 1 w formie elektronicznej) – zadaniem uczniów jest określenie, czy stwierdzenia są prawdziwe (przy określeniach fałszywych należy podkreślić, że istnieją wyjątki i każdy przypadek trzeba rozpatrywać indywidualnie w konsultacji z lekarzem). Następnie nauczyciel wyświetla prawidłowe odpowiedzi oraz odpowiedzi wraz z wyjaśnieniem (slajdy 12–15).
3. Suplement diety a lek – informacje ze slajdów 16–20.
4. Zagrożenia związane ze stosowaniem suplementów diety: slajdy 21–26.
5. Suplementy diety w internecie: slajdy 27–30. Zadanie dla uczniów (potrzebny dostęp do internetu): znaleźć 3 reklamy suplementów i sprawdzić, czy produkty znajdują się w rejestrze Głównego Inspektoratu Sanitarnego:
e.sanepid.gov.pl/spoz/rpop