

SCENARIUSZ LEKCJI GODZINY WYCHOWAWCZEJ

Osoba prowadząca:

Temat lekcji: Prawidłowe odżywianie się to klucz do zdrowia.

Data:

Klasa:

Ilość godzin: 1 godzina lekcyjna

Cel główny zajęć: Uczeń poznaje zasady prawidłowego odżywiania się.

Cele szczegółowe lekcji w postaci zoperacjonalizowanej:

$\frac{35}{17}$ Uczeń wie, co to jest Światowy Dzień Zdrowia.

$\frac{35}{17}$ Uczeń potrafi wymienić zasady zdrowego stylu życia.

$\frac{35}{17}$ Uczeń zna zasady prawidłowego odżywiania się.

$\frac{35}{17}$ Uczeń potrafi wymienić produkty pochodzenia roślinnego i zwierzęcego.

$\frac{35}{17}$ Uczeń zna grupy składników pokarmowych i ich rolę w organizmie.

$\frac{35}{17}$ Uczeń wie, jakie produkty spożywcze są bogatym źródłem cukrów, tłuszczów, białek, witamin, soli mineralnych i wody.

$\frac{35}{17}$ Uczeń zna piramidę pokarmową.

Metody pracy z uczniami:

$\frac{35}{17}$ pogadanka

$\frac{35}{17}$ opis

$\frac{35}{17}$ objaśnienie

$\frac{35}{17}$ burza mózgów

Środki dydaktyczne potrzebne na lekcji:

$\frac{35}{17}$ prezentacja multimedialna

$\frac{35}{17}$ tablica interaktywna

Formy pracy z uczniami:

$\frac{35}{17}$ indywidualna

Przebieg zajęć:

I FAZA WSTĘPNA

1. Sprawdzenie listy obecności.
2. Podanie tematu lekcji.
3. Wprowadzenie uczniów w temat lekcji i podanie im celów lekcji.

II FAZA GŁÓWNA

Na podstawie prezentacji multimedialnej:

1. opowiedzenie uczniom o Światowym Dniu Zdrowia,
2. zadanie uczniom pytania: Jakie znacie zasady zdrowego stylu życia? - pogadanka z uczniami o zasadach zdrowego stylu życia: uczniowie wymieniają zasady zdrowego stylu życia i pokrótce je charakteryzują,
3. pogadanka z uczniami o zasadach prawidłowego odżywiania się,
4. burza mózgów: uczniowie wymieniają produkty pochodzenia roślinnego i zwierzęcego,
5. przedstawienie przez nauczyciela grup składników pokarmowych i ich funkcji w organizmie,
6. burza mózgów: uczniowie wymieniają produkty spożywcze bogate kolejno w cukry, tłuszcze, białka, witaminy, sole mineralne i wodę,
7. omówienie piramidy pokarmowej.

III FAZA KOŃCOWA

1. Podsumowanie zajęć przez nauczyciela.
2. Podziękowanie uczniom za lekcję.

Uzupełniające źródła informacji dla ucznia:

³⁵/₁₇ strona internetowa <http://www.sztukaodzywiania.pl/component/content/article?id=154:10-zasad-zdrowego-odzywiania>