**SCENARIUSZ LEKCJI – warsztaty żywieniowe: klasy I-III szkoły podstawowej (wiek dzieci 6-10 lat)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Prowadzący: ……………………………………………………………………………………………………………………………****Temat: Zdrowie w porcji****Cele lekcji:** * uczeń zna i rozumie pojęcie porcji
* uczeń wie i rozumie jak wyznaczyć prawidłową porcję poszczególnych grup produktów spożywczych
* uczeń zdaje sobie sprawę z konieczności mycia świeżych warzyw i owoców
* uczeń wie, dlaczego ważne jest spożywanie prawidłowych porcji
* uczeń rozumie, dlaczego należy jeść II śniadanie i potrafi je prawidłowo skomponować

**Formy:** Pogadanka, praca indywidualna lub w grupie**Klasa:** I-III. **Liczba uczniów:** dowolna. **Czas lekcji:** 45’. **Miejsce:** klasa.**Przybory:** prezentacja multimedialna, 2 plansze pracy (dostępny format A4 i A3) i materiały do układania na planszy nr 2 dla obu dostępnych formatów. |  **II. Część główna -35’** |
| **Porcje dla poszczególnych grup produktów****Połącz właściwie** | *SLAJD 6-7:* Wytłumacz uczniom, w jaki sposób wyznaczyć porcję warzyw i owoców*SLAJD 8:* Podkreśl uczniom, że owoce i warzywa jemy po umyciu*SLAJD 9-10:* Zagraj z uczniami w prawda czy fałsz*SLAJD 11-18:* Wytłumacz uczniom, w jaki sposób wyznaczyć porcję pozostałych grup produktów*SLAJD 19:* Jeszcze raz powtórz, dlaczego prawidłowe porcje mają znaczenie dla naszego zdrowi*SLAJD 20-21:* Rozdaj uczniom karty pracy (1 i 2), a także karty z ikonami produktów. Poproś, aby wykonali zadanie 1 na podstawie uzyskanych przed chwilą informacji. Pokaż prawidłowe odpowiedzi.*SLAJD 22-23:* Zapytaj uczniów czy jedzą II śniadanie. Poproś o wykonanie zadania 2 | **20’****15’** | Uczniowie mogą pracować indywidualnie lub po podzieleniu ich na 4-5 grupUczniowie wybierają produkty, które według nich będą najlepsze na II śniadanie oraz które zjedliby ze smakiem i układają je na swojej karcie pracy nr 2. |
| **Tok lekcyjny** | **Nazwa i opis ćwiczenia, zabaw, gier** | **Czas** | **Uwagi****organizacyjno-metodyczne** |
| **Część wstępna- 5’** |
| **Czynności organizacyjno-porządkowe****Część** **początkowa lekcji – Pojęcie porcji i system „garstkowy”** | SLAJD 1: Powitanie, sprawdzenie gotowości do zajęć.SLAJD 2-3: Wytłumacz uczniom, czym jest porcja produktuSLAJD 4: Wytłumacz, dlaczego warto wiedzieć jak wyznaczyć prawidłową porcję SLAJD 5: Wytłumacz uczniom, że przydatną miarką prawidłowej porcji może być ich dłoń | **2’****3’** | Najważniejsze informacje merytoryczne, które należy przekazać uczniom znajdują się pod slajdami prezentacji multimedialnej w komentarzach do poszczególnych slajdów. |
| **II. Część końcowa -5’** |
| **Zakończenie warsztatów –**  | *SLAJD 24-26:* Podsumowując pokaż uczniom propozycje prawidłowo zbilansowanych II śniadań. Zachęć ich do zabierania do szkoły II śniadania.Zapytaj czy klasa ma jakieś pytania. | **5’** |  |