

ZASADY PRAWIDŁOWEGO ODŻYWIANIA. AUTOR KA – mgr Anna Szymańska. LICZBA UCZESTNIKÓW: Grupa ok. 10 osobowa (dzieci klas I – III)

CELE SZCZEGÓŁOWE	SPOSOBY REALIZACJI	ŚRODKI DYDAKTYCZNE	CZAS TRWANIA (sumaryczny - 45 minut)	METODY OCENY
Uczeń: 1. przedstawia zasady racjonalnego odżywiania.	Pogadanka na temat nawyków żywieniowych uczniów.		5 minut	Obserwacja Zadawanie pytań połączone z dyskusją.
	Prezentacja na temat zasad racjonalnego żywienia.	Prezentacja w PowerPoint, komputer, rzutnik.	10 minut	
Uczeń: 1. wymienia podstawowe grupy produktów. 2. zna piramidę żywieniową. 3. dokonuje charakterystyki poszczególnych poziomów piramidy żywieniowej.	Pogadanka mająca na celu zapoznanie uczniów z podziałem grup produktów spożywczych. Praca w grupach – przydzielenie grup produktów do odpowiedniego poziomu piramidy żywieniowej.	Duże arkusze papieru z narysowaną piramidą, klej, obrazki z produktami spożywczymi.	5 minut	Obserwacja
	Prezentacja wyników pracy w grupach z wyjaśnieniem (przez uczniów) przydzielenia poszczególnych grup produktów spożywczych do określonego poziomu piramidy żywieniowej). Omówienie piramidy żywieniowej.	Plansza z piramidą żywieniową.	5 minut	
Uczeń: 1. wskazuje najczęściej popełniane „błędy” żywieniowe. 2. identyfikuje popełniane przez siebie błędy żywieniowe. 3. proponuje sposoby eliminacji błędów żywieniowych. 4. wie o negatywnym wpływie na zdrowie produktów typu <i>Fast – food</i> .	Metoda metaplanu: Jak jest? Jak powinno być? Dlaczego nie jest tak jak być powinno?	Duże arkusze papieru, markery.	10 minut	
		Produkty spożywcze.	5 minut	

	<p>Pokaz: porównanie produktu typu <i>Fast – food</i> z zawartą w nim ilością produktu spożywczego (np. Szklanka <i>Coca – coli</i> = około 5 łyżeczek cukru).</p> <p>Pogadanka.</p>			
<p>Rozwiązanie krzyżówki, rebusu.</p> <p>Ustne powtórzenie najważniejszych informacji z zajęć.</p>		Krzyżówka, rebus.	5 minut	Ocena rozwiązania Krzyżówki/rebusów