Konspekt zajęć świetlicowych

Temat: Zdrowe odżywanie.

Opracowanie: Barbara Weingart

Czas trwania: 45 minut

Kształtowane kompetencje kluczowe:

* kształtowanie umiejętności dokonywania racjonalnych wyborów żywieniowych,
* kształtowanie umiejętności pracy w grupie
* doskonalenie kreatywności i ekspresyjności podczas wykonywania prac plastycznych

Cel główny:

Zapoznanie uczniów z zasadami zdrowego odżywania.

Cele szczegółowe:

Uczeń:

* poznaje sposoby zdrowego odżywania się
* wyjaśnia pojęcie „zdrowa żywność”
* wie, które produkty żywnościowe sprzyjają zdrowiu, a które szkodzą
* współdziała i współpracuje w grupie
* wykonuje pracę plastyczną różnymi technikami

Metody:

aktywizująca, praktycznego działania, oglądowa

Formy: zbiorowa, indywidualna, grupowa

Środki dydaktyczne: przybory plastyczne, owoce, plansza - piramida żywieniowa

Przebieg:

1. Przeprowadzenie „burzy mózgów” - co według dzieci oznacza termin - zdrowe odżywanie.
2. Przedstawienie dzieciom piramidy żywieniowej – omówienie poszczególnych poziomów.
3. Rozmowa na temat zdrowego odżywania – jakie zdrowe produkty warto jeść.
4. Wysłuchanie piosenki „Witaminki”.
5. Przeprowadzenie zabawy sensorycznej - rozpoznawanie warzyw i owoców.
6. Wykonanie pracy plastycznej różnymi technikami – plakat promujący zdrowe odżywianie.
7. Podsumowanie zajęć i pożegnanie dzieci.