

**Zespół Szkół Specjalnych nr 90
ul. Kordeckiego 54
04-330 Warszawa**

SCENARIUSZE ZAJĘĆ

Opracowanie:

**Grażyna Zabrzyjewska
Patrycja Staniszevska**

**Szkoła Podstawowa Specjalna nr 5
w Zespole Szkół Specjalnych nr 90
ul. Kordeckiego 54
04-330 Warszawa**

Autor: Grażyna Zabrzyjevska

Temat: „Roztańczone warzywa”.

Adresaci zajęć: uczniowie klas I-III

Cel główny:

kształtowanie postaw prozdrowotnych – nabywanie zdrowych nawyków żywieniowych.

Cele szczegółowe:

- zapoznanie ze zdrowymi produktami żywnościowymi
- zachęcanie do aktywnego spędzania czasu wolnego
- kształtowanie umiejętności wspólnej zabawy.

Metody: zabawa, elementy improwizacji taneczno-ruchowej, pogadanka.

Formy: grupowa, indywidualna.

Środki dydaktyczne:

- emblematy z kartonu przedstawiające warzywa (por, pomidor, cebula, marchewka, burak)
- plansze tematyczne przedstawiające warzywa
- symbole PCS
- koszyk ze świeżymi warzywami
- pokrojone warzywa na talerzykach
- kartony, ilustracje, obrazki, prace przedstawiające warzywa
- nagrania piosenek, magnetofon

Przebieg zajęć:

1. Krótkie powitanie z uczniami, wyjaśnienie przebiegu zajęć.
2. Rozdanie losowe emblematów z warzywami, każdy uczeń dostaje jeden egzemplarz.
3. Na sygnał uczniowie odnajdują się w grupach z takim samym warzywem i tworzą koło trzymając się za ręce. Zwycięża grupa, która odnalazła się jako pierwsza.

4. Uczniowie siadają i rozpoznają warzywa na planszach tematycznych, wskazują symbole PCS oraz wybierają odpowiednik z koszyka z warzywami.
5. Każda grupa wybiera jednego przedstawiciela do konkursu- uczeń z zawiązanymi oczami musi rozpoznać warzywo po zapachu, po smaku i za pomocą dotyku.
6. Każda z grup otrzymuje duży karton, na którym układa kompozycje z gotowych elementów „Zdrowy talerz jarzynowy”. Wszystkie prace wieszamy na sali jako dekoracje.
7. Na zakończenie uczniowie na hasło „sałatka do tańca” bawią się 30 minut przy muzyce związanej z promowaniem zdrowia (np. „Witaminki”, „Gruszka”).
8. Wszyscy uczniowie zostają poczęstowani umytymi i obranymi warzywami oraz otrzymują okolicznościowe dyplomy.
9. Zakończenie zajęć. Podziękowanie za udział w zabawie.

**Szkoła Podstawowa Specjalna nr 5
w Zespole Szkół Specjalnych nr 90
ul. Kordeckiego 54
04-330 Warszawa**

Autor: Patrycja Staniszevska

Temat: „Bądźmy zdrowi, kolorowi”.

Adresaci zajęć: uczniowie klas I-III

Cel główny: Promowanie zdrowego stylu życia.

Cele szczegółowe:

- poznanie podstawowych sposobów dbania o swoje zdrowie,
- zachęcanie dzieci do aktywnego spędzania czasu wolnego,
- kształtowanie postawy prozdrowotnej,
- kształtowanie współpracy w obrębie grupy poprzez stawianie zadań do wykonania,
- wyrabianie umiejętności współdziałania.

Metody: aktywizujące, elementy dramy.

Formy: grupowa, indywidualna.

Środki dydaktyczne:

chusta animacyjna; ilustracje i zdjęcia przedstawiające owoce i warzywa; symbole PCS/ MAKATON; ilustracje, na których znajdują się produkty zdrowe i niezdrowe; plansze z przedmiotami, które można wykorzystać do uprawiania sportów i aktywnego spędzania czasu; plansze z historyjkami obrazkowymi jak dbać o zdrowie; rekwizyty i stroje do zabawy z elementami dramy; zdrowe i mniej zdrowe przekąski: owoce, słodczy, napoje i woda; plecak; piłki, rower; hulajnoga; odtwarzacz płyt CD; płyty z muzyką; arkusz papieru białego; farby w różnych kolorach; karty z Certyfikatem „Dbam o swoje zdrowie”.

Przebieg zajęć:

1) Przywitanie uczniów.

Zabawy z chustą animacyjną. Poszukiwanie, wskazywanie i nazywanie warzyw i owoców w wybranym kolorze.

2) Przybliżenie tematyki zabawy „Bądźmy zdrowi, kolorowi”.

Uczniowie zostają podzieleni na 3 grupy. Każda z grup otrzymuje zbiór różnych ilustracji, do których dołączone są symbole PCS/ MAKATON.

Grupa 1 otrzymuje ilustracje, na których znajdują się produkty zdrowe i niezdrowe. Zadaniem tej grupy jest wybranie wszystkich zdrowych produktów.

Grupa 2 otrzymuje kolejne plansze. Zadaniem uczniów tej grupy jest wskazanie tych ilustracji, na których znajdują się przedmioty, które można wykorzystać do uprawiania sportów i aktywnego spędzania czasu.

Ostatnia 3 grupa otrzymuje plansze z różnymi historyjkami obrazkowymi. Zadanie tej grupy polega na ułożeniu historyjek w odpowiedniej kolejności i wybranie tych, które pokazują jak należy dbać o zdrowie.

Na koniec, każda z grup prezentuje efekty swojej pracy. Wybrane ilustracje z każdej z grup zostają zawieszone na tablicy.

3) „Jaśko i Marusia” – zabawa z elementami dramy.

Zabawa z wykorzystaniem elementów dramy, w której wybrani nauczyciele wcielają się w bohaterów Jaśka i Marusię i prezentują różne zachowania związane ze zdrowym odżywianiem i aktywnym spędzaniem czasu. W zabawę włączani są uczniowie, zadaniem których jest obserwowanie i odpowiadanie na pytania zadawane przez bohaterów w trakcie występów. Bohaterowie inscenizacji, niejednokrotnie będą celowo prezentowali niewłaściwe zachowania, po to, aby uczniowie mogli zobaczyć, jakie to może mieć konsekwencje.

W trakcie inscenizacji uczniowie mają okazję: spakować do plecaka Jaśka i Marusi zdrowe przekąski, ułożyć plan zajęć na zdrowy i aktywny weekend oraz wspólnie pobawić się z bohaterami do muzyki.

4) Szkolny Certyfikat „Dbam o swoje zdrowie”

Na zakończenie zabawy każdy z uczniów odbija swoją pomalowaną farbami dłoń lub kciuk pod deklaracją, że będzie zdrowo się odżywiać i aktywnie spędzał czas. Na potwierdzenie tej deklaracji otrzymuje od Jaśka i Marusi Certyfikat „Dbam o swoje zdrowie”.

5) Zakończenie zajęć. Podziękowanie za udział w zajęciach.

**Gimnazjum Specjalne nr 97
w Zespole Szkół Specjalnych nr 90
ul. Kordeckiego 54
04-330 Warszawa**

Autor: Patrycja Staniszevska

Temat: „Kolorowo, smacznie, zdrowo, czyli robimy zdrowe kanapki”.

Adresaci zajęć: uczniowie klas I-III gimnazjum

Cel główny: Promowanie zdrowego odżywiania się.

Cele szczegółowe:

- rozwijanie samodzielności i kreatywności uczniów,
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa w trakcie pracy w pracowni gospodarstwa domowego oraz posługiwania się ostrymi narzędziami,
- przestrzeganie zasad higieny: mycie rąk, mycie warzyw,
- kształtowanie współpracy w obrębie grupy poprzez stawianie zadań do wykonania,
- wyrabianie umiejętności współdziałania,
- doskonalenie umiejętności zachowania się w sklepie,
- rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacji zadaniowej,
- rozwijanie umiejętności posługiwania się pieniędzmi.

Metody: praktyczne działanie, pogadanka.

Formy: grupowa, indywidualna.

Środki dydaktyczne:

symbole PCS i zdjęcia z produktami, które mogą być przydatne do wykonania zdrowych i smacznych kanapek; koszyk na zakupy; pieniądze; zakupione produkty; deski do krojenia; noże; talerze; serwetki; stoły.

Przebieg zajęć:

1) Przywitanie uczniów. Określenie celu oraz przebiegu zajęć.

2) Przygotowanie listy zakupów.

Uczniowie mają za zadanie wybrać spośród przygotowanych symboli PCS i zdjęć produktów, które będą potrzebne do przygotowania zdrowych kanapek. Włożenie wybranych symboli PCS i zdjęć do koszyka.

3) Zakupy.

Poszukiwanie w sklepie samoobsługowym produktów z wybranych zdjęć i symboli PCS i odkładanie ich do koszyka. Po skompletowaniu wszystkich produktów uczniowie podchodzą do kasy i płacą za zakupy. Powrót do szkoły.

4) Praktyczne działanie, czyli robimy kanapki.

Uczniowie rozdzielają zakupione produkty, następnie przygotowują stanowisko oraz przedmioty niezbędne do wykonania kanapek, czyli m.in. deski do krojenia, noże, talerze, serwetki. Uczniowie przygotowują różnokolorowe kanapki i układają je na talerzach. Porządkowanie miejsca pracy.

5) Zakończenie zajęć. Degustacja.

Uczniowie zapraszają pozostałych uczniów na degustację kanapek, propagując w ten sposób zdrowe i smaczne odżywianie.

**Gimnazjum Specjalne nr 97
w Zespole Szkół Specjalnych nr 90
ul. Kordeckiego 54
04-330 Warszawa**

Autor: Grażyna Zabrzyjewska

Temat: „Zagrajmy w zdrowie”.

Adresaci zajęć: uczniowie klas I-III

Cel główny: Kształtowanie postaw prozdrowotnych.

Cele szczegółowe

- promocja właściwego odżywiania się,
- utrwalenie wiadomości na temat wybranych grup produktów żywieniowych i ich znaczenia dla naszego zdrowia,
- zachęcanie do zdrowego i aktywnego stylu życia,
- kształtowanie umiejętności wspólnej zabawy.

Metody: aktywizujące, gra dydaktyczna, praktyczne działanie.

Formy: grupowa, indywidualna.

Środki dydaktyczne:

- arkusz papieru o długości 10 metrów i szerokości 1m,
- ilustracje, zdjęcia, obrazki, kolorowanki przedstawiające różne produkty, m. in. warzywa, owoce,
- zestaw podpisanych napojów w butelkach (cola, woda, herbata, sok, napój gazowany),
- elementy garderoby (spódnica, kostium kąpielowy, kalosze, szalik, buty sportowe, klapki, spodenki, koszulka sportowa),
- przybory gimnastyczne (skakanka, piłka, ringo),
- plansze tematyczne przedstawiające warzywa,
- symbole PCS,
- koszyk ze świeżymi warzywami i owocami,
- tablica interaktywna.

Przebieg zajęć:

1) Powitanie z uczniami, wyjaśnienie przebiegu zajęć.

2) Podział arkusza papieru na 10 części i wpisanie w każdej części zadania do

wykonania dla uczniów

ZADANIA:

1. „Talerz interaktywny” – ułożenie zdrowego posiłku z wybranych produktów na tablicy interaktywnej.
2. Wybór właściwego stroju do ćwiczeń sportowych.
3. Kolorowanka z wybraną dyscypliną sportową.
4. Wybór zdrowych produktów z zestawu symboli PCS.
5. Nazwanie zestawu warzyw i owoców.
6. Kolorowanka z wybranym warzywem lub owocem.
7. Segregowanie warzyw i owoców wg wybranych cech.
8. Wykonanie wymyślonego przez siebie ćwiczenia z przyborem gimnastycznym.
9. Rozpoznanie warzyw na planszach tematycznych.
10. Podział napojów na zdrowe (np. herbata, sok, woda) i niezdrowe (cola, napój gazowany).

3) Uczniowie podzieleni są na 3 grupy, dostają kartkę z numerkami od 1 do 10 i po kolei wykonują poszczególne zadania, które są oceniane przez nauczycieli i dokumentowane np. krzyżykiem. Zwycięża grupa, która jako pierwsza wykonała wszystkie zadania.

4) Na zakończenie wszyscy uczniowie otrzymują okolicznościowe dyplomy.

5) Zakończenie zajęć. Podziękowanie za udział w zabawie.