

SCENARIUSZ LEKCJI BIOLOGII Z WYKORZYSTANIEM MONITORA INTERAKTYWNEGO

Temat: Żyj zdrowo, jedz kolorowo!

Data: 23 maja 2019r.

Klasa: 7d

Nauczyciel: Wioleta Pilipczuk

Cele – przewidywane osiągnięcia ucznia

Uczeń:

- wie, że odżywianie odgrywa ważną rolę w życiu,
- zna najważniejsze składniki pożywienia,
- zna piramidę pokarmową i zasady zdrowego żywienia,
- układa i rysuje jadłospis obejmujący 5 posiłków,
- doskonali umiejętności wypowiedzenia się na określony temat,
- uświadomienie konieczności racjonalnego odżywiania się,
- kształtuje nawyk spożywania zdrowej i świeżej żywności.

Cele szczegółowe

Uczeń:

- potrafi podzielić produkty na roślinne i zwierzęce,
- umie określić wartości odżywcze wybranych artykułów,
- potrafi podzielić produkty na nabiał, tłuszcze, mięso i artykuły mączne,
- umie sporządzić jadłospis,
- współdziała w grupie,
- wypowiada się na dany temat.

Formy pracy: indywidualna, grupowa,

Metody:

słowna – pogadanka

pokazowa – prezentacja

ćwiczeniowa – praca z tablicą interaktywną

praca w parach

PRZEBIEG ZAJĘĆ

WSTĘP

Czynności organizacyjne

Rozmowa w klasie

- *Czym jest drowie?*
- *Co oznacza określenie dieta?*
- *Dlaczego musimy się odżywiać?*
- *Co to znaczy zdrowo się odżywiać?*
- *Dlaczego należy zdrowo się odżywiać?*
- *Ile razy dziennie jecie posiłki?*
- *Czy zawsze jecie śniadanie?*

ROZWINIĘCIE

Uczniowie wspólnie z nauczycielem tworzą definicję **zdrowia** i **diety**. W parach wypisują czynniki wpływające na stan naszego zdrowia, następnie wspólnie z nauczycielem omawiają wypisane zagadnienia.

Nauczyciel prezentuje **piramidę żywieniową**, która omawia wspólnie z uczniami. Istotne jest zwrócenie uwagi uczniów na produkty należy jeść codziennie, a które raz w tygodniu i dlaczego. Na monitorze interaktywnym wyświetlona zostaje **prezentacja** przedstawiająca podział witamin na rozpuszczalne w wodzie i rozpuszczalne w tłuszczach.

Owoce i warzywa są źródłem witamin, ich brak w naszym organizmie jest powodem wielu chorób. Przykładowe produkty, w których występują w dużej ilości niezbędne do życia składniki:

witamina A – jaja, wątróbka, mleko, masło, sery, mięso, szpinak, marchew, pomidor,

witamina D – tran, jaja, mleko, masło,

witamina E – migdały, orzechy, mąka, kukurydza,

witamina K – sałata, kapusta, szpinak, jaja, ziemniaki, tran, brzoskwinie,

witamina C – ziemniaki, kapusta, maliny, cebula, pomidory, szpinak,

multiwitamina B - wątroba, jaja, ryby, groch, fasola,

białko -jaja, mleko, ziemniaki, ryż, fasola, mięso wołowe,

tłuszcze – olej roślinny, ryby, masło, mięso,

węglowodany- zboża i ich przetwory, ryż, kukurydza, bób, fasola, groch,

W celu podsumowania i sprawdzenia wiedzy, jaką uczniowie zdobyli na lekcji nauczyciel prezentuje i angażuje uczniów do **gier interaktywnych** z wykorzystaniem monitora interaktywnego ze strony **learningApps.pl**

Chętni uczniowie podchodzą do tablicy i rozwiązują zadania na monitorze interaktywnym, natomiast pozostali uczniowie klasy swoje odpowiedzi zapisują w zeszytach i weryfikują z monitorem interaktywnym. Uczniowie grają w **Milionerów**, **Piramidę żywieniową**, **Wyścigi konne** i **test jednokrotnego wyboru**. W ten sposób uczniowie sprawdzają, jakie informacje zapamiętali z lekcji oraz zwracają uwagę na to, co jest najistotniejsze do zapamiętania z lekcji.

PODSUMOWANIE

Nauczyciel pyta uczniów co *zapamiętali* z lekcji oraz jeszcze raz zwraca uwagę, na co mają zwrócić *szczególną* uwagę po lekcji.

Jako **pracę domową** dla uczniów **chętnych** nauczyciel proponuje pracę w grupach i sporządzenie odpowiedniego *planu żywieniowego na jeden dzień szkolny*. Technika wykonania jest dowolna, mogą być to *plakaty* lub *prezentacje multimedialne*.

Zdrowy organizm!

Smaczne i zdrowe śniadanie to energia na cały dzień!

Czy to wiosna, lato, jesień, zima, nas przy zdrowie witamina trzyma!