

# 1. Temat zajęć: Dlaczego ruch jest zdrowy?



2. **Treści programowe:** motywowanie do aktywności fizycznej i uprawiania sportu

3. **Cel główny:** kształtowanie prawidłowych nawyków związanych z aktywnością fizyczną

4. **Cele operacyjne:** uczeń potrafi opisać zalety aktywności fizycznej, opowiada o swojej aktywności ruchowej

5. **Formy pracy:** indywidualne, w grupach

6. **Metody pracy:** pogadanka, rozmowa, zabawy dramatyczne

7. **Materiały i środki dydaktyczne:**

- kartki, mazaki, kredki
- materiały edukacyjne i zabawy z ósmego rozdziału książeczki *Zdrowe dzieciaki to my!*

8. **Ewaluacja osiągnięć:** obserwacja uczniów, rundka podsumowująca: „Mój ulubiony sport to...”.

9. **Opis przebiegu zajęć:**

- **nauczyciel formułuje polecenie:** „W dzisiejszych czasach ruszamy się mniej niż kiedyś, ale wciąż potrzebujemy odpowiedniej dawki ruchu po to, by zdrowo się rozwijać, rosnąć i po prostu być zdrowym. Jak można to zmienić? Stwórzcie wspólnie w zespołach, listę różnych propozycji – narysujcie je i podpiszcie, dzięki którym dzieci i dorośli, zaczną być bardziej aktywni, np. jazdę samochodem zamieńcie na jazdę na rowerze. Wywieście Wasze propozycje na szkolnych gazetkach, tak aby inni uczniowie i nauczyciele mogli je poznać.
- **nauczyciel zaprasza uczniów do prezentacji swoich prac**, a następnie proponuje dramę w której dzieci będą wcielały się w aktywną i nieaktywną rodzinę.

- Jest sobotnie popołudnie. Aktywna rodzina postanowiła, że...

- Jest niedzielny poranek. Mało aktywna rodzina postanowiła, że.....

Każdy zespół układa własną propozycję i prezentuje ją na forum. Pozostali uczniowie nagradzają występujących brawami.

- **uczniowie tworzą plakat** „Ruch to zdrowie” promujący zdrowy styl życia. Plakaty zostają omówione i zawieszane w klasowej galerii zdrowia.

- **projektujemy ważne „drogowskazy”**. Nauczyciel zachęca dzieci, aby wymyśliły analogicznie do znaków drogowych inne znaki, które będą przekazywały określone wartościowe informacje na temat zdrowego i aktywnego trybu życia.

- **nauczyciel zaprasza dzieci do zabawy** z materiałami edukacyjnymi *Zdrowe dzieciaki to my!* Prosi, aby dzieci porównały w zespołach swoje odpowiedzi i rozwiązania.
- **uczniowie pokazują sobie różne ćwiczenia ruchowe**, które inni naśladowują

Na zakończenie uczniowie wykonują ćwiczenia w publikacji *Zdrowe dzieciaki to my!*

**10. Uczniowie ze zróżnicowanymi potrzebami edukacyjnymi - sposoby dostosowań w zakresie: Organizacji pracy** – należy zapewnić konieczne wsparcie nauczyciela wspomagającego w czasie wykonywania ćwiczeń i zabaw dramowych.

**11. Komentarz metodyczny dla nauczyciela**

Zwróć uwagę na możliwość rozszerzenia dramy o wcześniej opisane i przygotowane przez nauczyciela zdjęcia, tekst, opisy.

Można rozważyć przeprowadzenie zajęć na świeżym powietrzu z udziałem rodziców.

