

Edukacja prozdrowotna w kształceniu zintegrowanym

„Szkoła zdrowa i wesół”.

***Program autorski dla klas 1-3
mgr Olga Biedrawa
mgr Dorota Kapałka***

Skawina, 1 września 2004r.

SPIS TREŚCI

1. Wstęp
2. Ogólne cele nauczania
3. Rozdział I „Zasady zdrowego i racjonalnego odżywiania”.
4. Rozdział II „Dbalność o higienę osobistą i otoczenia”.
5. Rozdział III „Aktywność fizyczna jako sposób na zdrowie”.
6. Rozdział IV „Bezpieczeństwo w życiu codziennym”.
7. Rozdział V „Każdy ma prawo do godnego życia”.
8. Rozdział VI „Poznanie samego siebie – pozytywne i negatywne emocje”.
9. Procedury osiągania celów
10. Propozycje scenariuszy zajęć do poszczególnych rozdziałów:
 - karta pracy z logo programu do wykorzystania na zajęciach wprowadzających tematykę edukacji prozdrowotnej, w ramach realizacji programu *„Szkoła zdrowa i wesola”*.
 - Scenariusz imprezy prozdrowotnej dla klasy I do rozdziału I i II
 - Scenariusz rodzinnej imprezy sportowej o charakterze integracyjnym dla klas I – III do rozdziału III
 - Zestaw ćwiczeń dla klasy I do wykorzystania podczas pracy z lekturą Cz. Janczarskiego pt. „Jak Wojtek został strażakiem” do rozdziału IV
 - Scenariusz zajęć dla klasy II wg Programu Profilaktyki A. Kołodziejczyka „Spójrz inaczej” do rozdziału V
 - Scenariusz zajęć zintegrowanych dla klasy I „Test na dobrego kolegę” do rozdziału VI
 - Sprawdzian wiadomości i umiejętności dla klasy III w oparciu o tekst „Dary czterech wróżek” do rozdziału VI
11. Literatura.

Wstęp

**„Ślachtetne zdrowie, nikt się nie dowie,
jako smakujesz, aż się zepsujesz.”**

/Jan Kochanowski/

Od najdawniejszych czasów dla człowieka zdrowie jest wartością nadrzędną. Często używamy określenia, że jest ono najważniejsze. Dlatego też edukacja prozdrowotna w polskiej szkole powinna zajmować pozycję priorytetową. Trzeba pojmować ją szeroko, jako edukację w kierunku zdrowia fizycznego, psychicznego oraz społecznego.

Właściwe stymulowanie rozwojem dziecka ma bardzo istotny wpływ na jego zdrowie, a w konsekwencji na osiągnięcie sukcesów edukacyjnych.

Należy więc uwrażliwiać dzieci na potrzeby własnego organizmu, rozwijać postawy promujące zdrowy styl życia i uczyć dbałości o zdrowie własne i innych ludzi.

W młodszym wieku szkolnym dziecko wchodzi w coraz szersze relacje społeczne. Staje się członkiem społeczności szkolnej. Wkracza w życie klasy i pełni w niej określone role. W szkole spotyka wiele nowych sytuacji i zdarzeń. Uczy się reakcji zgodnych z wymaganiami środowiska. Program edukacji prozdrowotnej ułożony jest w taki sposób, aby pomagał nauczycielowi w jego pracy z wychowankami. Treści nauczania są bliskie dzieciom. W przystępny sposób zapoznają uczniów ze zjawiskami i sytuacjami, a także sposobem reagowania na zdarzenia.

Program edukacyjny *„Szkoła zdrowa i wesola”* przeznaczony jest dla I etapu kształcenia. Stanowi moduł „Programu wczesnoszkolnej zintegrowanej edukacji XXI wieku klasy 1-3” Jadwigi Hanisz – nr DKW-4014-267/99. Jest skorelowany z innymi obszarami kształcenia zintegrowanego. Posiada cele ogólne i operacyjne, które wypływają z zadań ogólnych szkoły i odzwierciedlają cele Szkolnego Programu Wychowawczego. Nawiązuje także do Programu Profilaktyki Uzależnień „Spójrz inaczej”. Obejmuje treści zawarte w podstawie programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół z dnia 26.II.2002r. Materiał nauczania został ujęty w postaci następujących bloków tematycznych, których struktura ma charakter spiralny:

- I Zasady zdrowego i racjonalnego odżywiania
- II Dbłość o higienę osobistą i otoczenia
- III Aktywność fizyczna jako sposób na zdrowie
- IV Bezpieczeństwo w życiu codziennym
- V Problemy i potrzeby osób niepełnosprawnych
- VI Poznanie samego siebie – pozytywne i negatywne emocje

Klasyfikację wymagań edukacyjnych przyjęto wg J.Ochendusko, która wyróżnia wymagania edukacyjne na poziomie podstawowym i ponadpodstawowym. Przewidywane osiągnięcia uczniów obejmujące kategorie: wiedza, umiejętności i postawy zostały jasno sformułowane, aby umożliwić nauczycielowi obiektywną ocenę szkolną. Realizacja programu przewidziana jest na okres 3 lat.

Ogólne cele nauczania

Celem edukacji prozdrowotnej w I etapie kształcenia jest:

-w zakresie wiedzy:

- poznawanie zasad funkcjonowania własnego organizmu
- poznawanie samego siebie, nazywanie i wyrażanie emocji, umiejętność zachowania się w sytuacjach zwycięstw i niepowodzeń
- poznawanie przepisów ruchu drogowego i zasad zachowania się na drogach, warunkujących bezpieczeństwo

- w zakresie umiejętności:

- planowanie i podejmowanie działań sprzyjających własnemu rozwojowi fizycznemu, psychicznemu i emocjonalnemu
- wdrażanie do zdrowego i racjonalnego odżywiania
- kształtowanie umiejętności organizacji czasu wolnego ze szczególnym uwzględnieniem aktywności ruchowej
- kształtowanie umiejętności bezpiecznego zachowania się w sytuacjach zagrożenia (pożarów, zatruc, w czasie zabaw ruchowych, gier sportowych, na wycieczkach)
- wdrażanie do właściwego reagowania na propozycje używania środków uzależniających

-w zakresie postaw:

- kształtowanie nawyków higienicznych i zdrowego stylu życia
- kształtowanie wrażliwości i troskliwości wobec osób niepełnosprawnych (w tym niewidomych i niedowidzących, niesłyszących i niedosłyszących)
- nawiązanie więzi koleżeńskich z osobami niepełnosprawnymi
- kształtowanie postawy asertywnej
- dążenie do wypracowania nawyku prawidłowej postawy ciała

<p>szkodliwe dla zdrowia od produktów sprzyjających zdrowiu</p> <ul style="list-style-type: none"> -opracować prosty jadłospis z zachowaniem zasad urozmaicenia posiłków -właściwie zachować się przy stole -estetycznie udekorować stół <hr/> <p>W zakresie postaw oczekuje się, że uczeń będzie:</p> <ul style="list-style-type: none"> -przywiązywał wagę do właściwego doboru potraw w czasie posiłków -miał świadomość konieczności spożywania II śniadania oraz racjonalnego odżywiania się -dbał o higienę w czasie przygotowywania i spożywania posiłków. -utrwał pożądaną wzorce zachowania przy stole 		<p>-zna funkcjonowanie i potrzeby swojego organizmu</p>	<p>PP</p>
--	--	---	-----------

<p>-wie jak ustrzec się przed chorobą</p> <p><i>W zakresie umiejętności uczeń potrafi:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -wykonać czynności związane z utrzymaniem higieny osobistej, odzieży, obuwia i otoczenia -wymienić przybory i środki czystości osobistej -zaplanować własny rozkład dnia na wzór podanego zgodnie z poznanymi zasadami higieny -dobrać odpowiedni strój do pory roku, warunków atmosferycznych i okoliczności -zaplanować czynności niezbędne do utrzymania czystości swojego otoczenia -wymienić sposoby walki z hałasem <hr/> <p>W zakresie postaw oczekuje się, że uczeń będzie :</p> <ul style="list-style-type: none"> -przestrzegać rozkładu dnia mając na uwadze właściwe proporcje czasowe między pracą i odpoczynkiem -pamiętać o kontrolnych wizytach u stomatologa -zwracać uwagę na porządek w swoim otoczeniu -posiadać nawyki higieniczne -posiadać poczucie estetyki otoczenia -zachowywać się cicho w trakcie pracy i zabawy 		<p>między dbałością o higienę osobistą i aktywność fizyczną , a stanem zdrowia</p>	<p>P</p> <p>PP</p>
---	--	--	--------------------

Rozdział III

Aktywność fizyczna jako sposób na zdrowie.

Cele szczegółowe	Materiał nauczania	Przewidywane osiągnięcia uczniów	Poziom wymagań
<p>W zakresie wiedzy uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> -określić jaka jest prawidłowa postawa ciała w pozycji siedzącej i stojącej -wyjaśnić znaczenie porannej gimnastyki dla zdrowia -wymienić podstawowe ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę ciała -przedstawić znaczenie zabaw na świeżym powietrzu i uprawiania sportów dla prawidłowego rozwoju -wymienić zasady i reguły obowiązujące podczas zabaw i gier zespołowych -wyjaśnić na czym polega reguła „fair play” -wskazać w jaki sposób ustrzec się przed zaziębieniem -wymienić zabawy przy muzyce -wymienić różne dyscypliny sportu 	<ul style="list-style-type: none"> -Prawidłowa sylwetka ciała w pozycji stojącej i siedzącej. -Znaczenie porannej gimnastyki dla zdrowia. -Ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę ciała. -Znaczenie ruchu na świeżym powietrzu. -Przestrzeganie zasad i reguł w grach i zabawach zespołowych. -Co to jest i na czym polega reguła „fair play”. -Uprawianie sportów, a zdrowie człowieka. -Czynniki warunkujące zdrowie w okresie zimy. -Zabawy ruchowe przy muzyce. -Piesze wycieczki – formą aktywności ruchowej. 	<ul style="list-style-type: none"> -potrafi zachowywać prawidłową postawę ciała podczas siedzenia i chodzenia -wyjaśnić wpływ porannej gimnastyki na stan zdrowia człowieka -odczuwa potrzebę ruchu dla dobrego samopoczucia -czynnie uczestniczy w zabawach na świeżym powietrzu -przestrzega zasad sprzyjających bezpiecznemu wykonywaniu ćwiczeń gimnastycznych -stosuje ćwiczenia korygujące wady postawy, jeśli zachodzi taka potrzeba -potrafi wyjaśnić znaczenie przebywania na świeżym powietrzu i uprawiania sportu -rozwijają zainteresowania wybranymi dyscyplinami sportu -zachęca innych do aktywnego wypoczynku -aktywnie uczestniczy w wycieczkach pieszych -potrafi zaplanować zestaw ćwiczeń gimnastycznych odpowiedni dla wieku, sprawności oraz wydolności organizmu rówieśników -potrafi scharakteryzować i przestrzegać warunków bezpiecznej zabawy ruchowej -potrafi bawić się w grupie 	<p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p> <p>P</p>
<p>W zakresie umiejętności uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> -przyjąć skorygowaną postawę ciała podczas zabawy, pracy, w domu i w szkole -przestrzegać zasad bezpieczeństwa podczas ćwiczeń gimnastycznych -wykonać samodzielnie proste ćwiczenia sprzyjające prawidłowej sylwetce ciała -walczyć o zwycięstwo i pogodzić się z przegraną 			

<ul style="list-style-type: none"> -współdziałać w zespole -przestrzegać obowiązujących zasad i przepisów, zwłaszcza reguły „fair play” -unikać przeziębień -opisać przebieg zabawy i bawić się przy muzyce -zaplanować zestaw ćwiczeń gimnastycznych dla swojej grupy rówieśniczej -wystrzegać się przyjmowania niedbałej pozycji podczas pracy i zabawy 		<ul style="list-style-type: none"> -wie na czym polega właściwe zachowanie kibica -wie jak zachować się jako zwycięzca i zwyciężony -potrafi wyjaśnić dlaczego nie wolno organizować zabaw w miejscach niedozwolonych -potrafi zorganizować zabawę i bawić się przy muzyce 	<p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>PP</p>
<p>W zakresie postaw oczekuje się, że uczeń będzie:</p> <ul style="list-style-type: none"> -doceniać znaczenie ruchu dla zdrowia fizycznego i psychicznego -dbać o prawidłową postawę ciała -pamiętać o porannej gimnastyce -prezentować właściwą postawę kibica -przestrzegać zasad bezpieczeństwa i higieny podczas ćwiczeń gimnastycznych, zabaw ruchowych, wycieczek i uprawiania sportów 			

Rozdział IV

Bezpieczeństwo w życiu codziennym

Cele szczegółowe	Materiał nauczania	Przewidywane osiągnięcia uczniów	Poziom wymagań
<p><i>W zakresie wiedzy uczeń potrafi:</i> -wymienić najważniejsze zasady zachowania się pieszych kierujących pojazdami na drogach -objaśnić zasady bezpiecznego użytkowania źródeł energii i urządzeń w gospodarstwie domowym -wymienić przyczyny powstawania pożarów -rozpoznać sygnały alarmowe -wymienić środki pierwszej pomocy, które są używane podczas udzielania pierwszej pomocy</p>	<p>-Zasady poruszania się pieszych i kierujących pojazdami na drogach. -Zachowanie szczególnej ostrożności w nocy i w trudnych warunkach atmosferycznych. -Zasady korzystania ze środków komunikacji publicznej. -Źródła energii w gospodarstwie domowym i sposoby ich użytkowania. -Instalacje gazowe i elektryczne. -Zasady postępowania w przypadku awarii sieci lub urządzeń. -Główne przyczyny powstawania pożarów. - Sygnały i instrukcje przeciwpożarowe.</p>	<p>-potrafi wymienić zasady zachowania się pieszych i kierujących pojazdami -potrafi wyjaśnić, jak bezpiecznie korzystać ze środków komunikacji publicznej -wykazuje różnice w zachowaniu się na drogach nocą i dniem (w trudnych warunkach widoczności) -potrafi wybrać najlepsze rozwiązania w zakresie bezpieczeństwa w różnych sytuacjach na drogach -potrafi wymienić źródła energii i urządzenia w gospodarstwie domowym</p>	<p>P P PP PP P</p>
<p><i>W zakresie umiejętności uczeń potrafi:</i> -bezpiecznie korzystać ze środków komunikacji miejskiej -stosować zasady bezpiecznego użytkowania sprzętu domowego oraz korzystania ze źródeł energii w gospodarstwie domowym -prawidłowo rozpoznać sygnał alarmu pożarowego w szkole -wykonywać czynności zalecone przez instrukcję przeciwpożarową w czasie alarmu przeciwpożarowego -udzielić pomocy</p>	<p>- Alarm przeciwpożarowy w szkole. -Udzielanie pierwszej pomocy.</p>	<p>-stosuje zasady bezpiecznego użytkowania urządzeń w gospodarstwie domowym -potrafi wymienić przyczyny powstawania pożarów -rozpoznaje sygnały alarmowe -rozpoznaje sygnał alarmu w szkole -potrafi wykonać czynności zalecane przez instrukcję przeciwpożarową -potrafi wymienić środki pierwszej pomocy -potrafi wymienić numery telefonów alarmowych</p>	<p>P P P P P P</p>

<p><i>W zakresie postaw oczekuje się, że uczeń będzie:</i></p> <ul style="list-style-type: none">-baczny obserwatorem sytuacji na drodze, spostrzegać znaki sygnały drogowe-aprobować przepisy bezpieczeństwa w każdej dziedzinie-znać zasady dotyczące bezpiecznego posługiwania się sprzętem domowym-nie dopuszczać do sytuacji sprzyjających powstawaniu pożarów-traktować obowiązek niesienia pomocy poszkodowanym jako „potrzebę serca”-wrażliwym na cierpienie innych		<p>-potrafi udzielić pierwszej pomocy przy krwawieniu z nosa</p>	<p>PP</p>
---	--	--	-----------

Rozdział V

Każdy ma prawo do godnego życia

Cele szczegółowe	Materiał nauczania	Przewidywane osiągnięcia uczniów	Poziom wymagań
<p><i>W zakresie wiedzy uczeń potrafi:</i> -wymienić podstawowe środki i zasady niezbędne do przyjaznych kontaktów z ludźmi -podać przykłady pełnienia różnych ról społecznych przez ludzi i związanych z nimi obowiązków -podać przykłady rozwiązania konfliktu w grupie -wymienić kilka wartości będących motywem aktywności ludzi</p>	<p>-Warunki i zasady dobrych kontaktów między ludźmi. -Role społeczne pełnione przez ludzi. -Zasady społeczne obowiązujące w klasie. -Konflikty w grupie i sposoby ich rozwiązywania. -Problemy i potrzeby ludzi niepełnosprawnych i starszych. -Formy pomocy ludziom potrzebującym. -Wartości moralne obowiązujące w społeczeństwie.</p>	<p>-potrafi wymienić środki i warunki niezbędne do przyjaznych kontaktów z ludźmi -potrafi nawiązywać dobre kontakty z rówieśnikami i innymi osobami -potrafi podać przykłady pełnienia ról społecznych przez ludzi i związanych z nimi obowiązków -potrafi dostosować swoje zachowanie do norm przyjętych w klasie i w szkole</p>	<p>P P PP P</p>
<p><i>W zakresie umiejętności uczeń potrafi:</i> -nawiązać przyjazne kontakty z rówieśnikami i innymi osobami -dostosować swoje zachowanie do zasad przyjętych w grupie -okazać pomoc osobie starszej i niepełnosprawnej -wskazać udogodnienia ułatwiające życie osobom niepełnosprawnym i starszym -w odpowiedni sposób odnosić się do osób starszych i niepełnosprawnych</p>	<p>-Wpływ systemów wartości aprobowanych przez społeczeństwo na normy społeczne.</p>	<p>-potrafi podać przykłady zachowań umożliwiających przezwycięzenie konfliktu w grupie -potrafi wymienić kilka wartości będących motywem aktywności ludzi -potrafi wyjaśnić, które z wartości są najbardziej pożądane w społeczności -potrafi wymienić niektóre potrzeby osób niepełnosprawnych -wskazuje udogodnienia ułatwiające życie osobom niepełnosprawnym i starszym -okazuje pomoc osobie</p>	<p>P P PP P PP PP</p>

<p><i>W zakresie postaw oczekuje się, że uczeń będzie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -odczuwać potrzebę nawiązania i utrzymania przyjaznych kontaktów z rówieśnikami i innymi ludźmi -w odpowiedni sposób zachowywać się w odniesieniu do osób starszych i niepełnosprawnych -przyjmować normy społeczne jako niezbędny warunek współżycia społecznego -stosować się do powszechnie przyjętych norm społecznych 		<p>niepełnosprawnej i starszej w różnych okolicznościach</p> <ul style="list-style-type: none"> -potrafi odpowiednio zachować się wobec osoby niepełnosprawnej, starszej, okazując zrozumienie i tolerancję 	<p>P</p>
---	--	--	----------

Rozdział VI

Poznanie samego siebie – pozytywne i negatywne emocje

Cele szczegółowe	Materiał nauczania	Przewidywane osiągnięcia uczniów	Poziom wymagań
<p><i>W zakresie wiedzy uczeń potrafi:</i> -wymienić podobieństwa i różnice między rówieśnikami -wymienić czynności, które umie i lubi robić oraz czynności, które potrafi wykonać, ale nie lubi tego robić -nazwać podstawowe emocje i określić w jakich warunkach najczęściej występują -określić pojęcie sytuacji trudnej -określić wpływ pozytywnych i negatywnych emocji na decyzje i zachowanie człowieka</p>	<p>-Podobieństwa podobieństwa różnice między rówieśnikami. -Indywidualne właściwości jednostki wywierające wpływ na osiągnięcia. -Sposoby wyrażania emocji. Emocje negatywne i pozytywne. -Możliwość panowania nad emocjami negatywnymi. -Pojęcie sytuacji trudnej. -Sposoby reagowania na trudności i niepowodzenia. -Sytuacje konfliktowe jako przyczyna frustracji.</p>	<p>-potrafi wymienić podobieństwa i różnice występujące między rówieśnikami -potrafi wymienić czynności, które umie i lubi wykonywać oraz czynności, które potrafi wykonywać, ale ich nie lubi -potrafi nazwać podstawowe emocje -wie, w jaki sposób panować nad emocjami negatywnymi -potrafi wyrażać emocje, również negatywne, zgodnie z przyjętymi normami społecznymi</p>	<p>P P P P P</p>
<p><i>W zakresie umiejętności uczeń potrafi:</i> -powiedzieć, co sprawia radość, a co przykrość w kontaktach z innymi -rozpoznać swoje mocne i słabe strony -przewidzieć własne reakcje negatywne i ich skutki w konkretnych sytuacjach -odróżniać czyny społecznie aprobowane od nie aprobowanych</p>	<p>-Wpływ poprawnej samooceny na działania mające na celu dalszy rozwój. -Poczucie własnej wartości. -Normy społeczne o zasięgu ogólnoludzkim. -Normy obowiązujące grupy społeczne. -Zachowanie zgodne z oczekiwaniami</p>	<p>-umie powiedzieć, co sprawia mu radość, a co przykrość w kontaktach z innymi -zna swoje mocne i słabe strony -umie przewidzieć własne negatywne reakcje, ich skutki w konkretnych sytuacjach</p>	<p>P P P</p>

<p><i>W zakresie postaw oczekuje się , że uczeń będzie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -uczyć się szacunku do drugiej osoby -panować nad swoimi zachowaniami, szczególnie zaś unikać zachowań agresywnych -odczuwać potrzebę samodoskonalenia -preferować wartości intelektualne i walory charakteru 	<p>społecznymi.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Zachowania negatywne. -Sposoby eliminacji zachowań agresywnych. -Samodoskonalenie. -Wartości intelektualne w życiu jednostki. 	<ul style="list-style-type: none"> -odróżnia czyny społecznie aprobowane od nie aprobowanych -stara się eliminować słabe strony -umie zachować się z szacunkiem w kontaktach z innymi -potrafi panować nad swoim zachowaniem -unika zachowań agresywnych -potrafi pracować nad swoim zachowaniem, swoją osobą -zna i docenia wartości intelektualne i walory charakteru 	<p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>P</p>
---	---	--	---

Procedury osiągnięcia celów.

Ważnym czynnikiem warunkującym efektywność realizacji każdego programu jest poznanie jego idei oraz dobra znajomość adresata, do którego jest kierowany, w tym przypadku dziecka w młodszym wieku szkolnym. Postawa nauczyciela również nie jest bez znaczenia. Jego zaangażowanie, zapał, pomysłowość, inwencja twórcza, mają znaczący wpływ na osiągnięcie założonych celów.

W pracy z dziećmi w I etapie kształcenia istotne jest, aby pobudzać ich ciekawość poznawczą, motywować do działania, stwarzać sytuacje problemowe wymagające aktywności, umożliwiać manipulowanie konkretami oraz symbolami, skłaniać do wysiłku myślowego oraz odwoływać się do zdobytych już doświadczeń.

Program „*Szkoła zdrowa i wesola*” sprzyja organizacji zajęć edukacyjnych w ramach systemu klasowo-lekcyjnego, a także poza nim. Zachęca do organizacji wycieczek, „zielonych szkół”, wykorzystania doświadczeń, zabaw integracyjnych, gier, dramy, scenek tematycznych, tworzenia przedstawień i inscenizacji, przeprowadzania imprez, zawodów sportowych.

Celowe jest także zapraszanie gości i organizowanie spotkań z ich udziałem. Nie należy zapominać o działaniach plastycznych, których efektem będą wystawy tematyczne oraz o zajęciach ruchowych z wykorzystaniem muzyki. Przy realizacji zagadnień dotyczących bezpieczeństwa właściwe będzie również korzystanie z projekcji filmów.

Proponujemy nauczycielom scenariusze zajęć do poszczególnych rozdziałów. Są one zróżnicowane pod względem formy, treści poziomu kształcenia. Zawierają tematy zgodne z programem edukacji prozdrowotnej. Kładą nacisk na aktywne poszukiwanie rozwiązań przez ucznia, pomagają mu zrozumieć siebie, wpływają na jakość kontaktów z otoczeniem, lepszą komunikację.

Zachęcamy, aby na zajęciach wprowadzających, wykorzystać dołączoną *kartę pracy* z logo naszego programu „*Szkoła zdrowa i wesola*”. Sądzymy, że każdy nauczyciel znajdzie wiele ciekawych form pracy wykorzystaniem tej *karty*. Uważamy, iż takie wprowadzenie rozbudzi w uczniach zainteresowanie edukacją prozdrowotną, uatrakcyjni zajęcia, zachęci do samodzielnego poszukiwania, twórczej i mądrej postawy w kształtowaniu otaczającego środowiska.

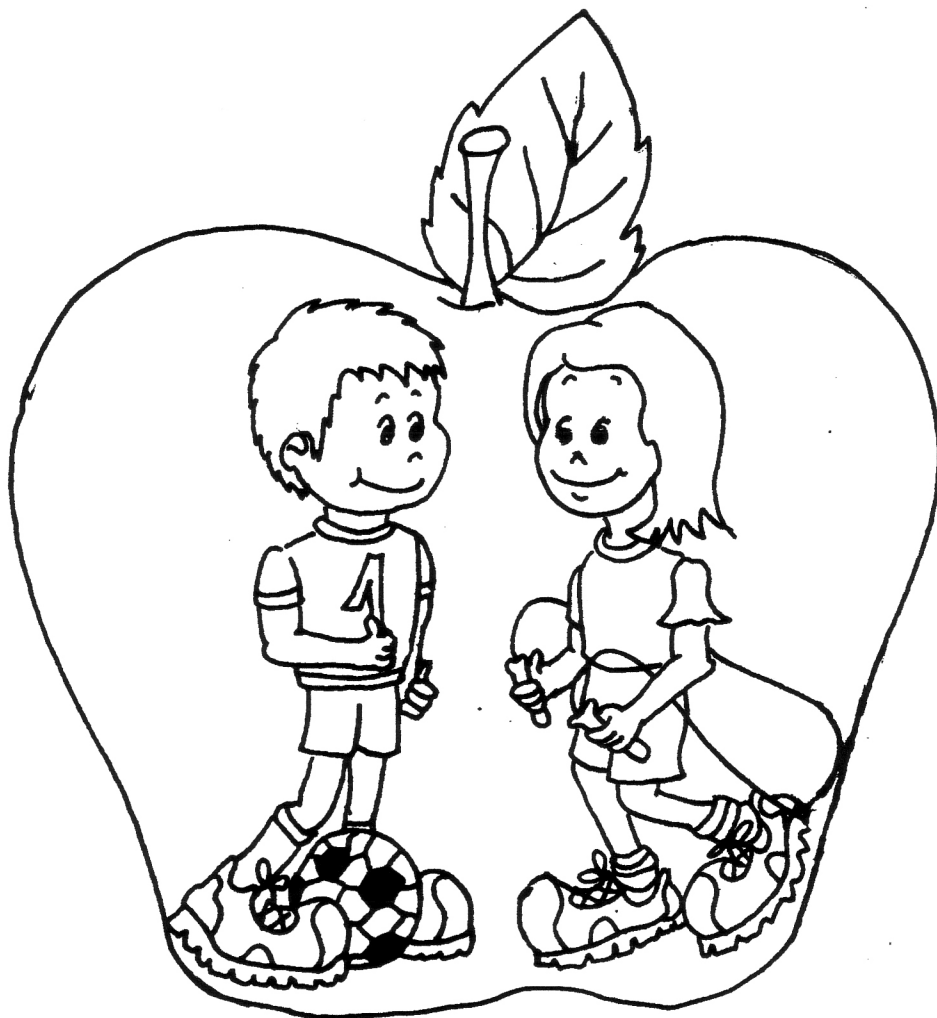
Podczas pracy z *kartą* można wykorzystać metody aktywizujące np.: burzę mózgow, metodę niedokończonych zdań, dramę, metodę projektu i inne.

Ponadto wykorzystanie *karty* można skorelować z zajęciami plastycznymi.

Logo programu celowo zostało przedstawione w grafice czarno – białej, aby dzieci mogły samodzielnie wyrażać swoje emocje za pomocą barw.

Nauczyciele kształcenia zintegrowanego są fachowcami posiadającymi odpowiednie predyspozycje, wszechstronną wiedzę oraz kreatywną osobowość. W związku z tym sądzymy, iż w realizacji tego programu znajdą satysfakcję, która przełoży się na wiedzę i umiejętność ich wychowanków. Uczniom zaś, program „*Szkoła zdrowa i wesola*” dostarczy wiele przyjemności.

karta pracy



**Propozycja scenariusza imprezy dla klasy I
do rozdziału I „Zasady zdrowego i racjonalnego odżywiania”
oraz rozdziału II „Dbłość o higienę osobistą i otoczenia”**

*Wszystkie występujące dzieci ubrane są w sportowe stroje, siedzą na podłodze (pamiętając o prawidłowej postawie ciała).
Na scenie po prawej stronie stoi stolik ,na którym znajduje się miska z wodą ,mydło i ręcznik
oraz półmisek z owocami(u nas były to truskawki).
Po lewej stronie sceny stoi krzesło.
Na scenie pojawiają się dwie dziewczynki prowadzące imprezę.*

Dziewczynka I

Już słońeczko wstało,
promieniami ziemię ogrzało.
Piękny mamy dziś poranek,
chodźcie wszystkie dzieci,
czas tak szybko leci,
w dal ucieka sen, to będzie piękny dzień. *(Dzieci wstają i luźną gromadką podchodzą do środka sceny).*

Chłopiec I- Grymasek *(Trzyma w rękach poduszczkę i ziewając wychodzi przed dzieci.)*

A ja wolę cień. No i miękką poduszczkę.
I puszystą pierzynekę i snu jeszcze troszeczkę. *(Kładzie się na podłodze i zamyka oczy.)*

Wszyscy:

Dość grymasów, nie narzekaj, wiele pracy nas dziś czeka.

Dziewczynka II

Wstań Grymasku, ten Twój brzydki nawyk zmień.
Spójrz za okno, jaki piękny mamy dzień!

Grymasek *(Wstaje i podchodzi do stolika).*

Jestem głodny! *(Zaczyna jeść owoce)*

Dziewczynka I

Umyj rączki i poczęstuj się. *(Grymasek odkłada trzymany owoc, myje ręce, ponownie go bierze i zjada.)*
Kiedy ktoś ma brudne ręce
i rękami tymi je,
czy powiecie, że to zdrowo,
moi drodzy?

Wszyscy: *(wesolo)*

Tak!

Dziewczynka I

Bo ja-nie!

Dziewczynka II

Kiedy ktoś nie myje zębów,
szczotki, pasty ani tknie,
potem biega do dentysty.
Czy Wam żal go?

Wszyscy: *(z żalem)*

Tak!

Dziewczynka II

Bo mnie - nie!

Dziewczynka I

Komu woda, mydło, szczotka
niepotrzebne i nie w smak.
Czy nazwiecie go brudasem,
moi drodzy?

Wszyscy: *(z zastanowieniem)*

Hm...

Dziewczynka I

Bo ja –tak!
Kto o krzepkie zdrowie dba,
ten się długo myje co dzień,
mydłem, szczotką w zimnej wodzie.
Pluska, pryska, parska rzy!
No ,a Wy?

Grymasek

Ola zawsze rację ma *(Wskazując na Dziewczynkę I.)*
ona się na wszystkim zna.
Więc umyję żwawo się,
żeby pięknie zacząć dzień.*(Podchodzi do miski z wodą ,myje buzię, ręce i starannie wyciera.)*

Dziecko I

Chcesz rumianej nabrać cery,
żywym, byстрыm być jak rteć.
Wiedz ,że sprawią to spacerzy
i do gimnastyki chęć.

Dziecko II

Musisz się gimnastykować!
ciało w ruch rytmiczny wprowadź.
Ćwicz je pręźnie i miarowo,
bo to pięknie, bo to zdrowo!

Wszystkie dzieci stają w rozsypce i śpiewają piosenkę pt. „W zdrowym ciele zdrowy duch” na melodię „Kiedy rano słońce świeci.” W trakcie piosenki wykonują ruchy adekwatne do treści.

I Kiedy rano słońce świeci
to się śmieją wszystkie dzieci,
że poranna gimnastyka
dziś im się na pewno przyda.

Ref. Więc nie garb się, wyprostuj się,
poćwicz z nami z pierwszakami. x2

II Ćwiczą stopy i kolana,
ćwiczą biodra, całe ciało.
Sklony głową w prawo, w lewo,
lecz to wszystko jest za mało.

III Skłon do przodu, skłon do boku,
wyrzut ramion raz, dwa, trzy.
Podnieś nogę, klaśnij pod nią,
bądź wesoły tak jak my.

IV Jeśli chcesz być sprawny, zwinny
to pamiętaj zawsze, że:
„W zdrowym ciele zdrowy duch,”
kochaj ruch i ćwicz za dwóch.

Dwoje dzieci dyskretnie podchodzi do stolika i siada na podłodze w widocznym miejscu. Mają ze sobą koszyczek pełen cukierków, które zaczynają kolejno zjadać.

Dziecko III

Jeśli dbasz o swoje ciało,
To przestrzegaj kilku rad:
Chodź prościutko, patrz przed siebie,
A unikniesz wielu wad.

Stojąc w szkole na apelu,
Gdzie Ci nauka jest dawana,
Równomiernie rozłóż ciężar
I nie uginaj kolana.

Dziecko IV

Nie rób tego ,co tak lubisz,
nie siedź na ugiętej nodze. *(Dziecko podchodzi do krzesła i demonstruje jak nie należy siadać.)*
Bo kręgosłup Twój kochany,
odwzajemni Ci się srodze.

Przy chodzeniu, przy siedzeniu,
O postawę dobrą dbaj,
A gdy młode lata miną
Powiesz:

Wszyscy:

Życie to jest raj!

Dziecko V

Pamiętajcie dzieci miłe, nie możecie być otyłe!
Ja o własną linię dbam, kilka swoich zasad mam.
Na śniadanie szklanka mleczka,
a do tego razowa bułeczka.
Na słodycze nie brak mi ochoty,
lecz wiem-od nich są kłopoty.
Kto je cukierki i marcepany ten potrzebuje szybkiej odmiany,
bo witamin sobie skąpi, lecz tort witamin nie zastąpi!
Kto nie je owoców ,mleka i sera tego choroba całkiem rozbiera.

Czworo dzieci wychodzi na środek sceny. Pierwsze dziecko ma na koszulce przyklejoną literkę A, drugie dziecko ma literkę B ,trzecie ma literkę C, a czwarte ma literkę D-są to oznaczenia witamin. Każde z dzieci trzyma w ręce koszyczek z produktami zawierającymi prezentowane rodzaje witamin. W trakcie recytacji pokazują produkty adekwatnie do treści wiersza.

Wszyscy:

Witaminowe abecadło

Dziecko VI

Oczy, gardło ,włosy ,kości
zdrowsze są, gdy A w nich gości.
A w marchewce, pomidorze,
maśle, mleku też być może.

Dziecko VII

B – bądź bystry, zwinny, żwawy
do nauki i zabawy.
W drożdżach, ziarnach i orzeszkach
w serach, jajkach **B** też mieszka.

Wszyscy:

Naturalne witaminy
lubią chłopcy i dziewczyny.
Bo najlepsze witaminy

to owoce i jarzyny

Dziecko VIII

C – to coś na przeziębienie
i na lepsze ran gojenie.

C: porzeczka i cytryna
Świeży owoc i jarzyna!

Dziecko IX

Zęby, kości lepiej rosną,
Kiedy **D** dostaną wiosną.
Zjesz ją z rybą, jajkiem, mlekiem
Na krzywicę **D** jest lekiem.

Wszyscy:

Naturalne witaminy
lubią chłopcy i dziewczyny.
Mleko, mięso, jajka, sery,
w słońcu marsze i spacerują.

Wszystkie dzieci śpiewają refren piosenki „Witaminki” z audycji „Przygody Kulfona i Moniki”.

Ref. Witaminki, witaminki
dla chłopczyka i dziewczynki,
wszyscy mają dziarskie minki,
bo zjadają witaminki. x 2

Dziewczynka II (*Zwraca się do dzieci, które siedzą na podłodze przed stolikiem i jedzą cukierki.*)

Hej dzieciaki, co jest dzisiaj z Wami?
Siedzicie z takimi smutnymi minami?
Buzie dziwnie spuchnięte macie,
Wy coś przede mną ukrywacie!?

Dziecko X i XI (*Dzieci wstają z podłogi trzymając pusty koszyczek w ręce.*)

Nie chcemy Ci robić Gosiu zmartwienia,
lecz zęby nas bolą nie do zniesienia.

Dziewczynka I

Zęby bolą? Zła nowina,
Ale czyja to jest wina? (*Bierze koszyczek do ręki i pokazuje, że jest pusty.*)
Gdzie zniknęły dziś słodczyce?
Ja Wam jak najlepiej życzę.

Dziecko X i XI

Olu nasza ukochana,
Myśmy jedli je od rana.

Dziewczynka I

Tak! Jedliście dziś cukierki,
a myć zęby moje pchełki?

Gdybyś umył zęby po jedzeniu,
nie byłoby z bólem problemu.

Dziecko XII

Mycie zębów ,znana sprawa.
Może być niezła zabawa!
Weź kubeczek, pastę i szczoteczkę,
Poświęć czasu im odrobineczkę.
Past z fluorem wybór duży,
Każda z nich się pieni, burzy.
Wszystkie mają miły smak,
A bakterie po nich

Wszyscy:

Traaach!

Dziecko XII

I wizyta u dentysty, co pół roku nie zawadzi,
bo ząb choćby nawet czysty,
zawsze warto lepiej sprawdzić.
Kiedy nie dbasz o ząbeczki to ich ilość wciąż się zmniejsza.
Lecz własny ząb bardziej zdobi niż proteza najpiękniejsza!

Wszystkie dzieci śpiewają piosenkę pt. „Szczotka, pasta, kubek ,ciepła woda”.

I Szczotka ,pasta, kubek, ciepła woda,
tak się zaczyna wielka przygoda.
Myję zęby, bo wiem dobrze o tym,
kto ich nie myje ,ten ma kłopoty.

Żeby zdrowe zęby mieć, trzeba tylko chcieć!

Ref. Szczotko, szczotko, hej szczoteczko o, o, o!
Zatańcz z nami raz w kółeczko o, o, o!
W prawo, w lewo, w lewo, w prawo o, o, o!
Po jedzeniu kręć się żwawo o, o, o!
W prawo, w lewo, w lewo, w prawo o, o, o!
Po jedzeniu kręć się żwawo o, o, o!

Bo to bardzo ważna rzecz ,żeby zdrowe zęby mieć!

Na zakończenie wskazane przez nauczyciela dziecko, może poczęstować widownię przygotowanymi owocami.

Propozycja scenariusza rodzinnej imprezy sportowej o charakterze integracyjnym do rozdziału III „Aktywność fizyczna jako sposób na zdrowie”.

Każde z dzieci losuje parę identyfikatorów (dla siebie i dla swojego rodzica) z zapisanymi nazwami witamin (A, B, C, D). Następnie identyfikatory należy nakleić na koszulki i w ten sposób utworzyć drużyny, w których będzie taka sama liczba dzieci i rodziców. Listę z opisanymi konkurencjami proponuję wręczyć rodzicom z miesięcznym wyprzedzeniem, aby mogli się do nich właściwie przygotować. Oto ona:

1. Zabawa orientacyjno-porządkowa

przybory: znaczkiki dla grup

przebieg zabawy:

Wszyscy uczestnicy podzieleni są na grupy i posiadają swoje znaczkiki. Swobodnie biegają po sali. Na sygnał ustawiają się jak najszybciej w rzędzie tam, gdzie znajduje się ich znaczek.

2. Zabawa bieżna

przybory: pachołki kółka

przebieg zabawy:

Na ustawione pachołki pierwsza osoba z rzędu nakłada kółka, druga je zbiera i podaje trzeciej osobie, która znów je nakłada i tak na zmianę. Wygrywa ten zespół, który pierwszy wykona zadanie.

3. Zabawa zwinnościowa.

przybory: piłka

przebieg zabawy:

Uczestnicy zabawy są ustawieni w rzędzie. Pierwsza osoba rzędu trzyma piłkę. Na sygnał podaje piłkę nad głowę do tyłu. Ostatni zawodnik po otrzymaniu piłki biegnie z nią do przodu i staje jako pierwszy, następnie podaje piłkę nad głowę do tyłu itd. Wygrywa ten rząd, który jako pierwszy ustawi się w pozycji wyjściowej.

4. Zabawa zwinnościowa

przybory: piłka

przebieg zabawy:

Jest to odmiana zabawy nr 3. Polega na tym, że uczestnicy podają piłkę dołem, między nogami. Pozostałe elementy bez zmian.

5. Zabawa bieżna „Sadzenie i zbieranie ziemniaków”

przybory: woreczki i kółka w tej samej ilości, 1 wiaderko

przebieg zabawy:

Pierwsza osoba z rzędu biegnie z wiaderkiem, w którym ma woreczki i „sadzi” ziemniaki czyli wkłada woreczki do kółek ułożonych na podłodze. Po skończeniu sadzenia wraca do rzędu i przekazuje wiaderko kolejnej osobie, która biegnie zbierając woreczki do wiaderka. Po zebraniu ziemniaków wraca do rzędu przekazując wiaderko następnemu zawodnikowi i ten znów sadzi ziemniaki. Wygrywa rząd, który jako pierwszy wykona tę konkurencję.

6. Zabawa z dźwiganiem „Przenoszenie rannego”

przybory: 1 koc, pachołek

przebieg zabawy:

Rodzice to sanitariusze, dzieci to ranni. Rodzice w rzędzie dobierają się parami, trzymają za rogi koc. Ranny kładzie się na kocu. Na sygnał prowadzącego sanitariusze jak najszybciej starają się przetransportować chorego na wyznaczone miejsce. (Tam, gdzie ustawiony jest pachołek.) Po jego wysadzeniu wracają z pustym kocem. Kolejna para sanitariuszy w ten sam sposób transportuje chorego. Wszystkich rannych należy przenieść na wyznaczone miejsce. Wygrywa rząd, który wykonał zadanie jako pierwszy.

7.Zabawa rzutna na celność.(Nie mierzy się czasu)

przybory: piłeczki tenisowe (tyle ile dzieci),1 wiaderko,2 ławeczki

przebieg zabawy: Rodzice stoją w rzędzie na przeciw dzieci. Rzędy znajdują się w kilku metrowej odległości i są oddzielone ławeczkami. Pierwszy rodzic z rzędu trzyma wiaderko, a jego dziecko rzuca piłeczką starając się trafić do wiaderka. Rodzic manewruje wiaderkiem tak, żeby piłeczka odbita od dna nie wypadła. Wygrywa ten zespół, który będzie miał najwięcej piłek.

8.Zabawa zwinnościowo - szybkościowa

przybory:2 płotki lekkoatletyczne, szarfy w ilości dzieci,1 koło.

przebieg zabawy: Rodzice stoją w rzędzie przy drabinkach, dzieci z założonymi szarfami stoją w rzędzie po drugiej stronie sali. Między rodzicami, a dziećmi na podłodze ustawione są: płotek, koło, drugi płotek. Na sygnał pierwsze dziecko wybiega i pokonuje płotek dołem, przechodzi przez koło od dołu do góry, pokonuje drugi płotek dołem. Podbiega do swojego rodzica, który pomaga mu zdjąć szarfę i zaplata ją na dowolny szczebel drabinki. Następnie dziecko wskakuje rodzicowi „na barana” i jak najszybciej starają się dotrzeć do swojego rzędu, dotykając następnego zawodnika, który dopiero wtedy może wystartować. Wygrywa ten rząd, w którym jako pierwsi ustawią się rodzice razem z dziećmi po jednej stronie sali.

9.Puzzle

przybory: puzzle dla każdej pary (rodzic + dziecko)

przebieg zabawy: Na sygnał para biegnie do wyznaczonego stolika i jak najszybciej stara się ułożyć otrzymane puzzle. Po ułożeniu wraca do rzędu i wówczas startuje następna para.

10.Zabawa zwinnościowo szybkościowa

przybory:1 łyżeczka,1piłeczka ping - pongowa ,pachołki

przebieg zabawy: Rodzice stoją w rzędzie po jednej stronie sali, a dzieci po drugiej.

Na sygnał dziecko trzymając w ręce łyżeczkę z piłeczką biegnie slalomem do swojego rodzica. Przekazuje mu sprzęt i rodzic wraca po linii prostej do rzędu, z którego wybiegło dziecko, wówczas wybiega następne dziecko. Wygrywa ten zespół, który szybciej zamieni się miejscami.

11.Zabawa bieżna

przybory: kij hokejowy i piłeczka,4 pacholki

przebieg zabawy:

Zawodnicy są ustawieni w rzędach. Każdy rząd otrzymuje piłeczkę i kij hokejowy. Na sygnał należy jak najszybciej wykonać bieg slalomem prowadząc piłeczkę przy pomocy kija hokejowego. Wygrywa rząd, który jako pierwszy wykona zadanie.

12.Zabawa bieżna „Samoloty”

przybory: gazeta , pacholek

przebieg zabawy:

Zawodnicy są ustawieni w rzędzie. Pierwszy zawodnik trzyma ramiona w bok.

Na wyprostowane ramiona zakłada (przy pomocy współwiczającego) gazety. Po sygnale biegnie w tej pozycji do przodu , tak szybko, aby gazety nie spadły z ramion, a jednocześnie przypominały skrzydła samolotu (gazeta poziomo). Po okrążeniu pacholek wyznaczającego półmetek zawodnicy wracają w tej samej pozycji do mety i przekazują gazetę następnemu zawodnikowi ze swojej drużyny. Wygrywa ten zespół , który jako pierwszy wykona zadanie.

W widocznym miejscu proponuję umieścić planszę z zaznaczonymi konkurencjami i odnotowywać zdobyte punkty przez poszczególne drużyny. Każdy nauczyciel może opracować sobie dowolny sposób punktowania. W trakcie zawodów, pomiędzy konkurencjami dobrze jest zrobić kilka przerw na odpoczynek. Wskazane jest przygotowanie bufetu z napojami. Należy pamiętać o zdrowej rywalizacji oraz o tym , aby nagrodzić wszystkich zawodników bez względu na wynik zapisany w tabeli. Na zakończenie można zaprosić uczestników do zabawy integracyjnej „Sip-Simeon” lub „Słoneczny krąg”.

**Propozycja zestawu ćwiczeń do wykorzystania podczas pracy z lekturą
Cz. Janczarskiego pt. „Jak Wojtek został strażakiem”
do rozdziału IV „Bezpieczeństwo w życiu codziennym”.**

Klasa: I

Cele:

uczeń potrafi:

- wymienić przyczyny powstawania pożarów
- objaśnić zasady bezpiecznego korzystania z urządzeń elektrycznych i gazowych w gospodarstwie domowym
- rozpoznawać sygnały alarmowe
- wymienić numery telefonów alarmowych policji, pogotowia ratunkowego, straży pożarnej
- wymienić środki pierwszej pomocy używane podczas stłuczeń lub drobnych urazów
- objaśnić na czym polega praca strażaka

PROPONOWANE ĆWICZENIA

I. Odpowiedz pełnymi zdaniami na następujące pytania:

1. Jak nazywała się miejscowość, miejscowość której mieszkał Wojtek?
2. Jakie było największe marzenie Wojtka?
3. Kim był kowal Bonifacy?
4. Podczas jakiej pory roku toczy się akcja lektury?
5. W jaki sposób Wojtek dostał się do płonącego domu?
6. Jak miał na imię chłopiec uratowany z pożaru?
7. Co to znaczy, że bohaterski czyn zamienił Wojtka w Wojciecha?
8. Czy spełniły się marzenia Wojtka?
9. Czy chciałbyś być taki jak Wojtek?
10. Kim chciałbyś zostać, gdy dorośniesz?

II. Uzupełnij zdania.

Największym marzeniem..... było zostanie strażakiem.

Kowal.....był komendantem straży pożarnej.

Wojtek uratował.....z płonącego domu.

III. Sklejanie i oklejanie pudełek papierem kolorowym – wóz strażacki.

Nauka rozpoznawania sygnałów alarmowych.

IV. Zabawa w „głuchy telefon” – nauka numerów alarmowych służb ratunkowych.

V. Drama „Jestem lekarzem pogotowia ratunkowego” – pierwsza pomoc przy stłuczeniach i drobnych urazach, środki pierwszej pomocy.

VI. Pantomima „Jedziemy do pożaru” – praca strażaka, sprzęt gaśniczy, wyposażenie wozu strażackiego.

Opracowała mgr Dorota Kapałka

**Propozycja scenariusza zajęć wg Programu Zajęć Wychowawczo – Profilaktycznych
dla klas 1-3 szkół podstawowych „Spójrz inaczej” A. Kołodziejczyka
do rozdziału V „Każdy ma prawo do godnego życia”.**

Klasa: II

Temat: Kiedy czuję się ważny

Cele:

uczeń potrafi:

- współdziałać w zespole klasowym
- zwracać uwagę na wypowiedzi innych uczestników spotkania
- dostrzegać możliwość wypowiedzania się w różnych formach
- dostrzec sytuacje, w których czuje się ważny

Środki dydaktyczne:

- duży papier pakowy
- mazaki
- kredki
- papier formatu A4

PRZEBIEG SPOTKANIA

I. Zebranie w kręgu.

Rozmowa z dziećmi na temat: „Co to znaczy, że ktoś czuje się ważny?”

Zebranie opinii dzieci .

Każde z dzieci opowiada o sytuacji, w której poczuło się ważne.

II. Napisanie na arkuszu papieru lub na tablicy propozycji dzieci.

Czuję się ważny:

-gdy są moje urodziny

-gdy ktoś mnie pochwali

-gdy pomagam koledze

III. Rozmowa o sytuacjach, w których inne osoby doceniają twoich uczniów i pokazują, że są ważne.

Zapisanie wypowiedzi na arkuszu papieru.

-mama mówi, że bardzo mnie kocha

-tata denerwuje się, gdy jestem chory...

IV. Dymek komiksowy.

Dzieci rysują sytuację, w której czuły się ważne, docenione przez kogoś w domu, szkole, w trakcie zabawy.

W komiksowych dymkach dopisują słowa, jakimi je oceniono i własne myśli.

V. Skok do środka koła

Koło narysowane kredą na podłodze. Dzieci stoją wokół niego. Osoba prowadząca podaje przykłady sytuacji, w których dzieci mogły czuć się ważne.

-jestem na czele szeregu w klasie

-jestem chwalony za dobrą naukę

-są moje urodziny, mama poprosiła mnie o pomoc

Za każdym razem, gdy dziecko czuje się ważne w danej sytuacji, wskazuje do środka koła.
Podaje powody czucia się ważnym.

Prowadzący zwraca uwagę dzieci na to, w jakich sytuacjach inne osoby też czują się ważne.

VI. Zakończenie spotkania rundą dokończania zdania; „Podczas tych zajęć.....”

Opracowała mgr Dorota Kapalka

Propozycja zajęć zintegrowanych do rozdziału VI „Poznanie samego siebie – pozytywne i negatywne emocje”.

Integralny ośrodek tematyczny :Nasi koledzy i koleżanki

Temat dnia: Test na dobrego kolegę.

Klasa : I

Cele:

uczeń potrafi:

- formułować samodzielną wypowiedź na dany temat
- prawidłowo przepisać zdanie
- wymienić cechy dobrego kolegi
- dostrzegać pisownię wyrazów z „ó”
- rozpoznawać wartości nutowe i rytmizować tekst
- dodawać kilka składników w zakresie 20
- właściwie współdziałać w grupie podczas pracy i zabawy
- budować pozytywne relacje z innymi dziećmi
- akceptować uczucia przeżywane przez inne osoby

Metody pracy: rozmowa dydaktyczna, praktyczne działanie, metoda zabawowa, metody aktywizujące

Formy pracy: praca indywidualna, grupowa, zbiorowa

Środki dydaktyczne: niebieski karton, papierowe chmurki i słoneczka, zaczarowany koralik, podręcznik i karty pracy „Wesoła szkoła” cz.4, rozsypanka wyrazowa, kartki z liniaturą, pisaki, rozsypanki wyrazowe, kasetę audio z tańcami integracyjnymi.

Przebieg zajęć:

1.Uczniowie witają się w kręgu za pomocą iskierek. Nauczyciel wypowiada zdanie: „Puszczam iskierekę w krąg , niech wróci do mych rąk” i delikatnie ścisną dłoń najbliższego stojącego dziecka. Kiedy iskiereka obejdzie wszystkie dzieci i wróci do nauczyciela ,krąg zostaje rozwiązany i dzieci siadają na dywanie.

2.Dzieci kolejno podchodzą do niebieskiego kartonu, który zawieszony jest w widocznym i dostępnym dla dzieci miejscu i przy pomocy papierowych znaczków przedstawiających chmurki i słoneczka tworzą mapę nastrojów.

19. Dzieci otrzymują od nauczyciela dyplom i gratulacje za pomyślne rozwiązanie zadań w teście na dobrego kolegę.

20. Dzieci wraz z wychowawcą tańczą taniec integracyjny „Słoneczny krąg”.

Opracowała mgr Olga Biedrawa

**Propozycja sprawdzianu wiadomości i umiejętności w oparciu o tekst
pt. „Dary czterech wróżek”
do rozdziału VI „Poznanie samego siebie – pozytywne i negatywne emocje”.**

Klasa III

Cele:

uczeń potrafi:

- czytać tekst ze zrozumieniem
- wyszukać w tekście odpowiednie informacje
- rozwiązywać zadania z treścią
- dokonywać obliczeń w wyrażeniach dwumianowanych
- dodawać pisemnie z przekroczeniem progu dziesiątkowego (dodawanie kilku składników)
- dokonywać obliczeń czasowych
- stopniować przymiotniki
- układać życzenia urodzinowe
- odmieniać czasownik przez osoby w czasie teraźniejszym

Przeczytaj bajkę i wykonaj polecenia.

1. Skreśl zdanie, które nie pasuje do bajki. (1 pkt.)

Pierwsza wróżka podarowała księżniczce młodość.

Druga wróżka dała jej piękne oczy.

Trzecia wróżka podarowała jej skrzynię pełną kosztowności.

Czwarta wróżka podarowała jej skarb ukryty w ziemi.

Królowa wróżek dała księżniczce dobroć.

2. Rozwiąż zadanie i napisz odpowiedź. (2 pkt.)

Na balu urodzinowym księżniczki pojawiło się 565 gości, a zaproszonych było 720 gości. Ile osób nie przybyło?

3. Podkreśl prawidłową odpowiedź. (1 pkt.)

Księżniczka na urodziny dostała naszyjnik i bransoletkę z drogocennych kamieni. Gdzie znajdzie informacje, jak nazywają się te kamienie?

- a) mapa samochodowa
- b) encyklopedia
- c) atlas grzybów
- d) podręcznik do matematyki

4. Odpowiedz na pytanie. (1 pkt.)

Bal trwa już 45 minut. Ile jeszcze będzie trwał, jeśli ma trwać 2 godziny.

5. Ułóż życzenia dla księżniczki z okazji jej urodzin. (3 pkt.)

6. Rozwiąż zadanie i napisz odpowiedź. (2 pkt.)

Księżniczka ma w szkatułce 84 szmaragdy. Od ojca dostała naszyjnik z 40 pereł. Mama dała jej bransoletkę z 55 diamentów. Ile kamieni szlachetnych ma księżniczka?

7. Uzupełnij zdania czasownikami w czasie przyszłym. (3 pkt.)

Jola w przyszłości.....(zostać) lekarzem.

Jurek będzie.....(pływać) jako marynarz na statku.

Gdy Kasia dorośnie, to będzie(uczyć) dzieci w szkole.

8. Odmień czasownik „pływać” w czasie teraźniejszym (3 pkt.)

ja.....my.....

ty.....wy.....

on, ona, ono.....oni, one.....

9. Dopisz przymiotniki w stopniu wyższym i najwyższym. (4 pkt.)

Stopień równy	Stopień wyższy	Stopień najwyższy
bogata		
piękny		
mądra		
dobry		

Proponowana punktacja

Ilość zdobytych punktów w sprawdzianie	Ocena słowna	Ocena wyrażona w punktach
20 pkt.	Uczeń znakomicie opanował wiadomości i umiejętności. Zadania wykonał bezbłędnie.	6 pkt.
19 – 18 pkt.	Uczeń bardzo dobrze opanował wiadomości i umiejętności. Popęłnił nieliczne błędy.	5 pkt.
17 – 14 pkt.	Uczeń opanował wiadomości i umiejętności w stopniu dobrym. Większość zadań wykonał właściwie.	4 pkt.
13 – 11 pkt.	Osiągnięty poziom wiadomości i umiejętności ucznia jest niski. Przy wykonywaniu zadań popełnił liczne błędy.	3 pkt.
10 pkt. i mniej	Uczeń nie osiągnął wymaganego poziomu wiadomości i umiejętności. Większość zadań	2 pkt.

została wykonana niewłaściwie.

**KARTOTEKA SPRAWDZIANU WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI
W OPARCIU O TEKST
PT. „DARY CZTERECH WRÓŻEK”.**

Numer zadania	Badana czynność ucznia Uczeń:	Nazwa standardu	Ilość pkt.
1	Odczytuje tekst i wskazuje prawidłową odpowiedź.	Czytanie	1 pkt.
2	Opisuje za pomocą wyrażenia arytmetycznego sytuację przedstawioną w zadaniu. Udziela sensownej odpowiedzi.	Rozumowanie	Prawidłowe rozwiązanie 1 pkt. Udzielenie poprawnej odpowiedzi – 1 pkt.
3	Potrafi w sytuacjach praktycznych korzystać z różnych źródeł informacji.	Korzystanie z informacji	1 pkt.
4	Potrafi dokonać obliczeń dotyczących czasu.	Wykorzystanie wiedzy w praktyce	1 pkt.
5	Buduje tekst poprawny kompozycyjnie, celowo stosując środki językowe oraz przestrzegając norm gramatycznych, ortograficznych i interpunkcyjnych.	Pisanie	Dostosowanie zapisu do formy wypowiedzi–1 pkt Poprawność ortograficzna i interpunkcyjna (dopuszczalne 2 bł.) 1 pkt Poprawność językowa (dopuszczalny 1 bł.) 1 pkt.
6	Opisuje za pomocą wyrażenia arytmetycznego sytuację przedstawioną w zadaniu. Udziela sensownej odpowiedzi.	Rozumowanie	Prawidłowe rozwiązanie 1 pkt. Udzielenie poprawnej odpowiedzi – 1 pkt.
7	Potrafi użyć czasownika w odpowiednim czasie.	Pisanie	Każda prawidłowa odpowiedź – 1 pkt.
8	Potrafi odmienić czasownik przez czas i osoby.	Pisanie	Każda prawidłowa odpowiedź – ½ pkt.
9	Umie stopniować przymiotniki.	Pisanie	Każda prawidłowa odpowiedź – ½ pkt.

Literatura:

1. Bielski J, Wychowanie fizyczne w klasach I – III, Warszawa 1998
2. Demel M, Pedagogika zdrowia, Warszawa 1980
3. Dennison Paul E, Dennison G, Kinezyjologia edukacyjna dla dzieci, Międzynarodowy Instytut NeuroKinezyjologii 2003
4. Fuchs B, Gry i zabawy na dobry klimat w grupie, Kielce 2003
5. Fedorowscy J i G, 500 zagadek o zdrowiu i medycynie, Warszawa 1974
6. Hanisz J, Program Wczesnoszkolnej Zintegrowanej Edukacji XXI wieku, Warszawa 1999
7. Kołodziejczyk A, Spójrz inaczej – program zajęć wychowawczo-profilaktycznych dla klas 1-3 szkół podstawowych
8. Kutzner – Kozińska M, Dbaj o prawidłową postawę ciała, Warszawa 1986
9. Raczkowska J, „Czas wolny- problemy i rozterki” , Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze, 1992/5-6
10. Sokołowska M, Projektowanie działań dydaktycznych w ramach edukacji zdrowotnej, Lider 1999/9
11. red. Woynarowska B, Kapica M, Teoretyczne podstawy edukacji zdrowotnej, Warszawa 1999