**Scenariusz zajęć świetlicowych**

**Data : 21.04.2017 r.**

**Prowadzący : mgr Aneta Kaczmarek**

**Temat :** Jedz kolorowe warzywa i owoce

 **Czas : 45 min.**

**Cele główne:**

- kształtowanie nawyku jedzenia warzyw i owoców,

- rozumienie znaczenia witamin dla zdrowia.

**Cele szczegółowe:**

Uczeń:

- rozumie konieczność jedzenia warzyw i owoców,

- zna zasady zdrowego odżywiania się,

- ma wykształcony nawyk mycia warzyw i owoców przed jedzeniem

**Metody pracy:**

- zabawowa, rozmowa kierowana, praktycznego działania

Formy pracy:

- indywidualna, grupowa

Środki dydaktyczne:

- wiersz S. Karaszewskiego- „Witaminowe abecadło”,

1. Zabawa wprowadzająca w temat – „Powitanie”.

Dzieci siedzą w kręgu. Nauczycielka pozdrawia dzieci;

- Witam wszystkich, którzy zjedli wczoraj jabłko. ( Dzieci, które to zrobiły, wstają).

- Witam wszystkich, którzy zjedli wczoraj jakiś inny owoc.

- Witam wszystkich, którzy zjedli w tym tygodniu jakieś warzywo.

- Witam wszystkich, którzy lubią marchewkę.

- Witam wszystkich, którzy codziennie jedzą owoce.

- Witam wszystkich, którzy codziennie jedzą warzywa.

- Witam wszystkich, którzy piją soki owocowe.

- Witam wszystkich, którzy myją owoce przed jedzeniem.

2. Zagadki:

Ładnie pachną żółtą skórką,

kwaśny mają smak.

Zawierają witaminy,

wiemy, że to są... (cytryny)

Ma okrągły brzuszek, jest czerwony cały,

Można n niego zrobić barszczyk doskonały (burak)

Skórka fioletowa,

a miąższ pod nią złoty,

smakuje wybornie,

wszyscy wiedzą o tym. (śliwka)

Wielka, okrągła, zielona głowa

Będą z niej gołąbki i surówka zdrowa (kapusta)

Dobra gotowana i dobra surowa,

choć nie pomarańcza,

jest pomarańczowa.

Kiedy za zielony

pochwycisz warkoczyk

i pociągniesz mocno,

wnet z ziemi wyskoczy. (marchewka)

Niedaleko od drzewa pada,

każdy je z ochotą zjada.

Okrąglutkie i rumiane,

na słoneczku dojrzewa. (jabłko)

Rośnie na grządce, zielony jest cały

i do kwaszenia doskonały (ogórek)

2.Rozmowa na temat wartości odżywczych warzyw i owoców, w oparciu o wiersz S. Karaszewskiego- „Witaminowe abecadło”.

Oczy, gardło, włosy, kości

zdrowsze są, gdy A w nich gości.

A w marchewce, pomidorze,

w maśle, mleku też być może.

B - bądź bystry, zwinny, żwawy

do nauki i zabawy!

W drożdżach, ziarnach i orzeszkach,

w serach, jajkach B też mieszka.

Naturalne witaminy

lubią chłopcy i dziewczyny.

Bo najlepsze witaminy

to owoce i jarzyny.

C - to coś na przeziębienie

i na lepsze ran gojenie.

C: porzeczka i cytryna,

świeży owoc i jarzyna!

Zęby, kości lepiej rosną,

kiedy D dostaną wiosną.

Zjesz ją z rybą, jajkiem, mlekiem.

Na krzywicę D jest lekiem.

Naturalne witaminy

lubią chłopcy i dziewczyny.

Bo najlepsze witaminy

to owoce i jarzyny.

Jakie warzywa z wiersza zapamiętaliście?

Dlaczego powinniśmy jeść owoce i warzywa przez cały rok? (są zdrowe, maja dużo witamin, uodparniają na choroby)

W jakiej postaci możemy spożywać warzywa i owoce? (surowe, gotowane, mrożone, dżem, kompot)

Co przyrządzamy z owoców i warzyw?(soki, surówki)

O czym należy pamiętać przed zjedzeniem owocu lub warzywa? (zwrócenie uwagi na higienę)

3. Podział wyrazów na sylaby

4. Przeliczanie głosek w wyrazach.

5. Znalezienie drogi królika i ślimak do ulubionych warzyw’

6. Dokończenie kolorowania warzyw.

7. Pożegnanie