

Załącznik nr: 5

Scenariusz

Dnia Zdrowego Przedszkolaka realizowany w Miejskim Przedszkolu Samorządowym nr3 im. Jana Brzechwy w Mławie.

Temat: „W zdrowym ciele zdrowy duch”.

Odpowiedzialne: Katarzyna Naworska, Urszula Przybyszewska, Marzena Wysocka, Małgorzata Gorzechowska, Joanna Zimnowodzka, Zofia Kubarska, Barbara Cichocka

Cel ogólny:

- Zapoznanie dzieci z zasadami racjonalnego odżywiania i zdrową żywnością.
- Kształtowanie postawy prozdrowotnej.
- Propagowanie zdrowego stylu życia przez ruch.

Cele operacyjne:

Dziecko:

- wie, jak należy dbać o zdrowie,
- rozumie pojęcie - zdrowy styl życia,
- potrafi wymienić zdrowe produkty,
- zna przysłowia mówiące o zdrowiu,
- twórczo uczestniczy w zabawach ruchowych,
- wie, że ruch to zdrowie,
- ma poczucie odpowiedzialności za własne zdrowie

Metody:

- aktywizujące
- pogładowe

- słowne
- czynne
- elementy metodyki W. Sherborne
- elementy metodyki pedagogiki zabawy, klanzy

Formy pracy: praca z całą grupą, drużynowa, indywidualna.

Aktywności: ruchowa, muzyczna, teatralna, plastyczna

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

1. Powitanie dzieci wspólną piosenką.

*Wszyscy są, witam was,
Zaczynamy już czas.
Jestem ja, jesteś ty
Raz, dwa, trzy.*

2. Zabawa ruchowa. Nauczycielka mówi:

„Ciekawa jestem, czy zjedzone dzisiaj przez was śniadanie dostarczyło wam sił i energii do wykonywania różnych ćwiczeń. Jeżeli tak, to pokażcie jak przedszkolaki się gimnastykują.”

Dzieci wykonują ćwiczenia samodzielnie.

*Wszelki ruch to dobra sprawa,
Dla nas wszystkich to zabawa.
Ręce w górę, w przód i w bok,
Sklon do przodu, przysiad, skok.*

*Rączki do góry,
Nóżki prościutkie
Tak ćwiczą ładnie dzieci malutkie,
Teraz na ramię i znów spuszczaamy*

Raz , dwa , trzy tak powtarzamy.....

3. Sprawdzenie gotowości do zabawy:

Czy gotowe są Biedronki ? - Tak

Czy gotowe są Tygryski ? - Tak

Czy gotowe są Słoneczka ? - Tak

Czy gotowe są Stokrotki ? - Tak

Czy gotowe są Krasnale ? - Tak

4. Wiersz i zabawa do treści wiersza.

*Doktor rybka niech nam powie
Jak należy dbać o zdrowie!
Kto chce prosty być jak trzcina,
Gimnastyką dzień zaczyna!
Całe ciało myje co dzień
Pod prysznicem, w czystej wodzie.
Wie, że zęby białe czyste
Lubią szczotkę i dentystę!
Pije mleko, wie, że zdrowo
Chrupać marchew na surowo.
Kiedy kicha czysta chustka
Dobrze mu zasłania usta.
Chcesz, to zobacz, jak jeść jabłka
Na obrazku bez zarazków.
Rób tak samo, bo chcesz chyba
Tak zdrowy być jak ryba.*

Poklaszczą w rączki te dzieci – które myją je przed jedzeniem!

Potupią nóżkami te dzieci - które myją zęby po jedzeniu!

Podskakują jak piłeczki te dzieci - które jedzą owoce i warzywa!

5. Piosenka R.Piskorskiego „**Tak czy nie**”

Kiedy ktoś ma brudne ręce i rękami tymi je!

Czy powiecie, że to zdrowo moi drodzy? Bo ja nie, nie, nie!

Kiedy ktoś nie myje zębów, szczotki, pasty ani tknie potem biega do dentysty

Czy wam żal go ? Bo mi nie, nie ,nie.

Gdy ktoś przed grzebieniem zmyka płacząc, że mu włosy rwie.

Czy go za to pochwalicie moi drodzy? Bo ja nie, nie, nie!

Komu woda, mydło, szczotka niepotrzebne i nie w smak!

Czy nazwiecie go BRUDASEM ? Bo ja tak ,tak, tak!

6. Panie śpiewają a dzieci pięknie pokazują:

*Głowa , ramiona, kolana , pięty,
kolana, pięty, brzuszek wciągnięty.*

Głowa, ramiona, kolana pięty,

Oczy ,uszy, usta ,nos.

7. Bajka „ O Rycerzu Witaminku i Księżniczce Zuzannie”.

8. Zagadki rymowanki:

Wszyscy mamy słodki minki, bo zjadamy - WITAMINKI !

Truskawki i malinki jedzą super - DZIEWCZYNKI !

Ziemniaki i buraki jedzą wszystkie - CHŁOPAKI !

Przez cały rok pij marchewkowy - SOK !

9. Piosenka „ Czerwone jabłuszko”.

10. Podział produktów na zdrowe i niezdrowe.

Okrzyki HIP, HIP – HURA - zdrowe
 OJEJKU, JEJKU - niezdrowe

Umieszczanie przez dzieci zdrowych produktów w Piramidzie Zdrowia.

11. Zaproszenie dzieci do odwiedzenia krain zdrowia, znajdujących się w salach innych grup:

Kraina „**Mali ratownicy**” – spotkanie z ratownikami (dzieci poznają prawidłowe zachowania w sytuacjach wymagających udzielania pierwszej pomocy).

Kraina „**Tęczowa**” - zabawy z chustą animacyjną .

Kraina „**Malego Sportowca**” - ćwiczenia gimnastyczne z przyborami.

Kraina „**Kolorowych kanapek**” – samodzielne wykonywanie kanapek ze zdrowych produktów.

Kraina „**Piramida Zdrowia**”

(Czas przebywania grupy w krainie około 8 minut- zmiana krainy przez grupę sygnalizowana głosem syreny).

12. Zakończenie zajęć. Powrót do swoich sal.

Opracowały :

Nauczycielki MPS nr 3 w Mławie

Katarzyna Naworska,

Urszula Przybyszewska,

Marzena Wysocka,

Małgorzata Gorzechowska,

Joanna Zimnowodzka,

Zofia Kubarska,

Barbara Cichocka