

Scenariusz lekcji przyrody w klasie IV na potrzeby realizacji projektu

Temat: Chcę być zdrowy- unikam chorób. Choroby cywilizacyjne.

Cel ogólny

Uczeń: zna choroby cywilizacyjne związane z brakiem ruchu i nieodpowiednim odżywianiem.

Cele operacyjne

Uczeń:

- wymienia główne przyczyny chorób cywilizacyjnych, takich jak: nadciśnienie tętnicze, cukrzyca, otyłość,
- potrafi obliczyć i wyjaśnić pojęcie wskaźnika masy ciała (BMI),
- potrafi wskazać sposoby zapobiegania chorobom cywilizacyjnym,
- wie, jakie powinien wprowadzić zmiany w swoim stylu życia, aby zachować zdrowie.

Metoda: czynnościowa, zadań stawianych do wykonania

Forma: indywidualna, praca w grupach, praca w parach,

Środki dydaktyczne: ćwiczenia interaktywne, infografiki (choroby cywilizacyjne ,BMI), interaktywny kalkulator BMI, waga, miara

Przebieg lekcji

I. Część wstępna (wprowadzająca)

1. Ćwiczenie interaktywne utrwalająca znajomość chorób zakaźnych i pasożytniczych poznanych na poprzedniej lekcji.

Lektor: *Na początek naszej lekcji proponuję krótką powtórkę dotyczącą chorób zakaźnych i pasożytniczych. Przypominam, że czynniki chorobotwórcze wywołujące choroby zakaźne to wirusy i bakterie. Natomiast czynnikami chorobotwórczymi w przypadku chorób pasożytniczych są zwierzęta pasożytnicze. Twoje zadanie polega na dopasowaniu choroby do podanej grupy. Wykonaj zadanie i sprawdź. Powodzenia!*

Choroby zakaźne

Grypa
Angina
Bolerioza
Tężec
Salmonelozą

Choroby pasożytnicze

Tasiemczyca
Wszawica
Owsica

II. Część zasadnicza (główna)

1. Faza poznawcza
 - A) Infografika przedstawiająca trzy choroby cywilizacyjne związane z brakiem ruchu i złym odżywianiem (postacie ludzkie z atrybutami: aparat do mierzenia ciśnienia, glukometr, waga).

Lektor: *Brawo! Wiedza o chorobach zakaźnych i pasożytniczych została utrwalona i sprawdzona. Na dzisiejszej lekcji poznasz grupę chorób związanych z brakiem ruchu i złym odżywianiem. Nazywamy je chorobami cywilizacyjnymi. Kliknij w przedmiot, który trzyma postać, a dowiesz się jakie to choroby, następnie uzupełnij wniosek.*

Choroby związane z brakiem ruchu i złym odżywianiem, czyli choroby cywilizacyjne to:
otyłość, cukrzyca, nadciśnienie tętnicze.

B) Wskazanie przyczyn chorób cywilizacyjnych

Lektor: *Teraz poznasz przyczyny chorób cywilizacyjnych. Kliknij w przyczynę, a zawęduje do danej choroby.*

Informacje dla grafika

Rysunek atrybutu i nazwa choroby:

Waga – otyłość

Glukometr – cukrzyca

Ciśnieniomierz – nadciśnienie tętnicze

Przyczyny chorób cywilizacyjnych na potrzeby ucznia klasy IV:

O – otyłość

C - cukrzyca

N - nadciśnienie

- niewystarczająca codzienna aktywność fizyczna, O,C, N
- siedzący tryb życia, O ,C, N
- nadmierne spożywanie cukru, tłuszczów, soli , O, C, N
- dieta oparta o produkty wysoko przetworzone, O, C, N
- dieta uboga w warzywa i owoce, O, C, N
- zjadanie stresu O, N
- palenie papierosów C, N
- picie alkoholu, C

2.Faza ćwiczeniowa

A) Wprowadzenie pojęcia „wskaźnik BMI”, podanie przedziałów dla poszczególnych poziomów w oparciu o infografikę.

Lektor: *Analizując przyczyny chorób cywilizacyjnych dochodzimy do wniosku, że stosując zdrowy tryb życia, możemy uchronić się przed chorobami cywilizacyjnymi. Jednym z elementów zdrowego stylu życia jest racjonalna dieta, chroniąca przed otyłością. Aby dowiedzieć się, czy masz właściwą masę ciała, czyli odpowiednią wagę możesz zastosować wskaźnik BMI. Nazwa jest skrótem angielskich słów Body Mass Index.*

Aby obliczyć wskaźnik BMI musisz znać swoją aktualną wagę i wzrost. Zważ się i zmierz lub zapytaj rodziców, ile obecnie ważysz i mierzysz.

Kliknij w ikonę wagi, a otworzy się kalkulator, dzięki któremu obliczysz swój wskaźnik BMI. Wpisz informacje do kalkulatora.

Lektor: Mam nadzieję, że już znasz swój wskaźnik BMI. Popatrz na grafikę i odczytaj poziom, na którym się znajdujesz.

Wskaźnik BMI

- mniej niż 16 - wyłodzenie
- 16 - 16.99 - wychudzenie
- 17 - 18.49 - niedowaga
- 18.5 - 24.99 - wartość prawidłowa
- 25 - 29.99 - nadwaga
- 30 - 34.99 - I stopień otyłości
- 35 - 39.99 - II stopień otyłości
- powyżej 40 - otyłość skrajna

III. Część końcowa

1. Rozdanie zadań do realizacji w domu.

Lektor: Oznacz BMI członkom swojej rodziny, wykorzystując kalkulator.

Przygotuj katalog zasad „**Jak żyć, aby uniknąć chorób cywilizacyjnych?**” w dowolnej Formie. Umieść katalog na platformie.

Opracowała: Agata Jaworska