

SCANARIUSZ LEKCJI:

CZĘŚĆ PUBLIKOWANA:				
PRZEDMIOT:	<input type="checkbox"/> PRZYRODA			
GRUPA DOCELOWA:	<input type="checkbox"/> UCZNIOWIE IV KLASY			
TEMAT:	Poznajemy układ pokarmowy, bo zdrowie zaczyna się w brzuchu.			
CEL OGÓLNY	Uczeń: zna budowę i funkcje układu pokarmowego człowieka.			
CELE OPERACYJNE	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● wymienia narządy układu pokarmowego, ● wskazuje ich położenie na schemacie i we własnym organizmie, ● wymienia gruczoły trawienne i zna ich rolę w procesie trawienia ● zna etapy trawienia pokarmu, ● zna konsekwencje nieprawidłowego odżywiania się, ● wie, jak zadbać o układ pokarmowy. 			
METODY	<ul style="list-style-type: none"> • zadań stawianych do wykonania, "burza mózgów", mini-wykład 			
FORMY:	<ul style="list-style-type: none"> • indywidualna, praca w grupach, całościowa. 			
ŚRODKI DYDAKTYCZNE:				
<input checked="" type="checkbox"/> Prezentacja	<input type="checkbox"/> Ćwiczenie indywidualne:	<input type="checkbox"/> Ćwiczenie grupowe:	<input type="checkbox"/> Quiz	<input type="checkbox"/> Test
<input type="checkbox"/> Zadanie multimedialne na platformie	<input type="checkbox"/> Test	<input type="checkbox"/> Infografika	<input type="checkbox"/> Fragment filmu:	<input type="checkbox"/> Animacja
karta pracy do pobrania	<input type="checkbox"/> Plakat	<input type="checkbox"/> Plansza:	<input type="checkbox"/> Inne:	<input type="checkbox"/> Inne:
OPIS PRZEBIEGU LEKCJI	<p>Część wstępna (wprowadzająca)</p> <p>1. Lektor: Jeśli masz możliwość przygotuj jabłko lub inny owoc, który lubisz, ponieważ na dzisiejszej lekcji poznasz drogę owocu w twoim organizmie. Poznaj naszego dzisiejszego bohatera – Jabłko, które poprowadzi cię zawiłymi drogami układu pokarmowego.</p> <p>II. Część zasadnicza (główna)</p> <p>1. Faza poznawcza</p> <p>Lektor: Zatem zaczynamy</p> <p>Animacja przedstawiająca odcinki układu pokarmowego z przewodnikiem w postaci jabłka, które przekazuje informacje dotyczące poszczególnych narządów układu pokarmowego (nazwa i funkcja).</p> <p>Tekst głównego bohatera czyli Jabłka</p>			

Jabłko: Witaj! Rozpoczynamy naszą podróż w jamie ustnej. Tutaj następuje pobranie i rozdrobnienie pokarmu, który miesza się ze śliną i jest wstępnie trawiony. Ogromną pracę wykonują tutaj zęby, język oraz ślinianki wydzielające ślinę, w której znajdują się enzymy trawienne, czyli substancje ułatwiające trawienie pokarmu. W jamie ustnej następuje wstępne trawienie cukrów. A teraz uwaga! Powinniśmy ograniczyć spożycie cukrów, ponieważ nadmierne spożycie słodczy, słodkich napojów nie sprzyja kondycji naszych zębów i prowadzi do otyłości.

Jabłko: Rozdrobniony i częściowo strawiony pokarm poprzez gardło wędruje do przełyku, czyli rury, którą trafia do żołądka.

Pozostaje tam do momentu, w którym ulegnie wstępnemu trawieniu i przygotowaniu do dalszej wędrówki. Pokarmy pozostają w żołądku 2 do 4 godzin. Trawienie w żołądku możliwe jest dzięki sokom żołądkowym, które są stale wydzielane przez ten narząd. W żołądku następuje trawienie białek. Dodatkowo w soku żołądkowym zauważa się pewne ilości kwasu solnego, który działa bakteriobójczo. W żołądku następuje także wstępne trawienie tłuszczów. W rezultacie pokarm w żołądku przekształca się w miazgę pokarmową, która przemieszcza się do dalszych odcinków układu pokarmowego.

Jabłko: O jaka długa rura. Prawdziwy labirynt. Jesteśmy w jelicie cienkim. Jelito cienkie to najdłuższy odcinek układu pokarmowego. U dorosłego człowieka ma średnio 6 m długości. Odpowiada za wchłanianie do krwiobiegu składników odżywczych z pokarmu, które są rozprowadzane po całym organizmie i wykorzystywane w procesach niezbędnych do życia. Tutaj następuje ostateczne trawienie białek, tłuszczów i węglowodanów, czyli cukrów.

Jabłko: O! Wpadam do kolejnej rury, ale znacznie więcej w niej miejsca, to znak, że dotarliśmy do jelita grubego, gdzie następuje wchłanianie wody i formowanie się kału z niestrawionych resztek pokarmu.

Jabłko: Zbliżamy się do końca naszej podróży, czyli do odbytu. Przez odbył kał wydostaje się na zewnątrz.

Jabłko: Muszę jeszcze wspomnieć o dwóch niezwykle potrzebnych gruczołach wspomagających pracę układu pokarmowego. To wątroba i trzustka. Wątroba produkuje żółć, która odpowiada za proces trawienia tłuszczów oraz wchłanianie witamin rozpuszczalnych w tłuszczach, natomiast trzustka wydziela insulinę, niezbędną do trawienia cukrów.

2. Faza ćwiczeniowa

A)Praca z ćwiczeniami interaktywnymi:

Lektor: Wiadomości przekazane przez Jabłko były niezmiernie interesujące. Wykonaj teraz ćwiczenia, aby utrwalić wiedzę. W pierwszym ćwiczeniu wskaż poszczególne odcinki układu pokarmowego. Przeciagnij nazwę w odpowiednie miejsce.

Lektor: A teraz połącz informacje dotyczące tego, co dzieje się w poszczególnych odcinkach układu pokarmowego z właściwą częścią układu pokarmowego. Wiem, że doskonale sobie poradzisz.

<https://wordwall.net/pl/resource/26828931/biologia/funkcje-uk%c5%82adu-pokarmowego>

A) Opracowanie kanonu zasad „Dbam o swój brzuch”.

Lektor: Brawo! Wiedza utrwalona. Zajmiemy się teraz zasadami, które pozwolą zadbać o twój układ pokarmowy, ponieważ zdrowie zaczyna się w brzuchu. Nasz przyjaciel Jabłko zapozna cię z sześcioma ważnymi zasadami, ale najpierw pomyśl i zapisz na ilustracji: co ty możesz zrobić, aby zadbać o swoje zdrowie - zgodnie z hasłem, że zdrowie zaczyna się w brzuchu.

Ilustracja do zapisu

Lektor: Mam nadzieję, że praca wykonana. To teraz posłuchaj i popatrz co ma do powiedzenia nasz przyjaciel Jabłko.

Jabłko: Witaj ponownie. Przedstawię sześć zasad, które pomogą ci zadbać o twój brzuch.

Po pierwsze, zadбай o błonnik - znajdziesz go w otrębach, kaszach, siemieniu lnianym, razowym makaronie, a także w owocach i warzywach.

Po drugie, pij dużo wody - jelito grube wchłania wodę z pożywienia i przekazuje ją dalej do ciała. Jeśli pijesz jej za mało, jelito zaczyna „wyciągać” wodę z organizmu, co może skutkować zaparciami.

Po trzecie, zadбай o zęby - bakterie wywołujące stany zapalne w jamie ustnej mogą powodować też choroby w dolnym odcinku układu pokarmowego. Po czwarte, wpraw brzuch w ruch - zacznij się ruszać – najlepiej codziennie, a układ pokarmowy zostanie pobudzony do pracy.

Po piąte, ogranicz cukier, ponieważ karmi „złe” bakterie, uszkadza błonę śluzową i zaburza pracę jelit.

Po szóste, wyluzuj się - przez stres potrafi dopaść nas zgaga, wzdęcia lub zaparcia, praca mięśni jelit i żołądka zostaje zaburzona – albo staje się zbyt wolna i leniwa, albo za szybka i intensywna.

Tytuł ilustracji „Dbam o swój brzuch”

W trakcie monologu Jabłka na ilustracji lub obok niej pojawiają się poszczególne zasady.

III. Część końcowa

1. Rozdanie zadań do realizacji w domu.

Lektor: A teraz zadanie domowe.

A) Przeanalizuj swój jadłospis. Wskaż produkty, które powinieneś/powinnaś wyeliminować ze swojej diety, aby zadbać o układ pokarmowy.

B) Zaplanuj jadłospis, który będzie dbał o twój układ pokarmowy. Wykorzystaj zasady

zaprezentowane przez Jabłko.

	Powodzenia i zdrowego układu pokarmowego.
--	---