

## **KONSPEKT ZAJEĆ W GRUPIE DZIECI 6-LETNICH**

### **„SŁONECZNA KANAPKA-ŻÓLTE MENU”**

#### **Cele:**

##### Dzieci powinny:

- usystematyzować wiedzę nt. zdrowego stylu życia i zdrowego odżywiania się
- ułożyć piętra Piramidy Żywienia
- wymienić produkty żywieniowe w żółtym kolorze (np. papryka żółta, żółty ser, miód, dżem brzoskwiowy itp.)
- samodzielnie wykonać kanapkę
- dbać o higienę podczas przygotowywania kanapek
- przestrzegać zasad bezpieczeństwa podczas posługiwania się nożem
- uczestniczyć w zabawach muzyczno-ruchowych

#### **Metody:**

- Podające-pogadanka, objaśnienie, opis
- Eksponujące-pokaz połączony z przeżyciem
- samodzielne doświadczenia dzieci

#### **Środki dydaktyczne:**

- magnetofon, płyty CD, puzzle-Piramida Żywienia, krzyżówka, zagadki słowne do krzyżówki, ilustracje produktów żywieniowych, fartuszki, czepki, noże, talerzyki jednorazowe, papryka żółta, dżem brzoskwiowy i ananasowy, miód, masło, żółty ser, chleb, karta pracy

#### **Przebieg:**

1. Zabawa muzyczno-ruchowa „Gimnastyka”.
2. Rozmowa w kręgu nt. „Jak należy dbać o zdrowie?”
  - a) zwrócenie uwagi na: prawidłowe odżywianie, dbanie o higienę osobistą, uprawianie sportu, unikanie słodczy, przebywanie na świeżym powietrzu.
3. Układanie puzzli nt. „Piramida żywienia”
  - a) omówienie poszczególnych pięter piramidy
4. Wspólny śpiew piosenki „Chcemy być zdrowi, chcemy być silni”.
5. Rozwiązywanie krzyżówki (zagadki słowne nt. zdrowego stylu życia, hasło: KANAPKI).

6. Zabawa dydaktyczna „ Co żółtego możemy zjeść na kanapce?”.
  - a) wybranie produktów w kolorze żółtym
7. Czynności sanitarno-higieniczne w łazience:
  - a) mycie rąk
  - b) ubranie fartuszków i czepków
8. Komponowanie zdrowej kanapki wg własnych upodobań z samodzielnie wybranych produktów w kolorze żółtym.
9. Degustacja kanapek
  - a) uporządkowanie stolików
10. Zakończenie- wykonywanie karty pracy nt. „ Co należy jeść, żeby zdrowym być?”