

Akademia Super Przedszkolaka

Scenariusze zajęć
dla Nauczycieli



Organizator Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego
„Akademia Super Przedszkolaka”
Indykpol S. A.

Autor scenariusza
mgr Marzena Mika

Koncepcja, projekt i skład
Adliner Sp. z o.o.

Druk
Adliner Sp. z o.o.

Prawa autorskie
Copyright 2012-2013 Indykpol S. A.

Spis treści

★ Tytułem wstępu	3
★ Scenariusz 1	
Pięknie zjadłem obiad	4
★ Scenariusz 2	
Grzeczne przedszkolaki	6
★ Scenariusz 3	
Ładnie śpiewam	8
★ Scenariusz 4	
Dobrze jem, więcej wiem	10
★ Scenariusz 5	
Dobry kolega	12
★ Scenariusz 6	
Konkurs plastyczny	14

Scenariusze zajęć dla Nauczycieli

Akademia Super Przedszkolaka

Tytułem wstępu

Niniejszym mamy przyjemność przedstawić Scenariusze zajęć dla Nauczycieli, które pomogą Państwu wprowadzić dzieci w świat **Akademii Super Przedszkolaka**.

W ramach programu chcemy przekazać najmłodszym **podstawową wiedzę związaną z zasadami prawidłowego odżywiania**, podpowiemy również jak radzić sobie z codziennymi zadaniami oraz w kontaktach z rówieśnikami. Dzieci dowiedzą się jak prawidłowo się odżywiać, aby zdrowo rosnąć i szybko się uczyć. Poznają odpowiedzi na pytania: po co jemy? jak jedzenie wpływa na organizm? co jeść, aby czuć się dobrze? W programie pojawią się także tematy dotyczące właściwego zachowania się przy stole, kultury osobistej, relacji z innymi oraz zabawy w grupie. Wszystkie te zagadnienia zostały przedstawione w pięciu scenariuszach zajęć opracowanych i zaopiniowanych przez mgr Marzenę Mkę, która jest metodykiem wychowania przedszkolnego oraz Nauczycielem z 20-letnim stażem pracy z dziećmi.

Poza scenariuszami na Państwa ręce przekazujemy **pakiety materiałów edukacyjnych**, które będą pomocne w prowadzeniu zajęć z dziećmi. Dodatkowo zapraszamy Państwa do korzystania z bogatego pakietu materiałów dodatkowych, **które dostępne są na stronie www.akademia-super-przedszkolaka.pl** w zakładce „Dla Przedszkoli”, tam znajdą Państwo nie tylko materiały pomocne w trakcie prowadzenia zajęć, ale również przewodnik po zdrowych produktach, witaminach i innych składnikach odżywczych ważnych w codziennej diecie przedszkolaka. Mamy nadzieję, że te materiały pomogą Państwu w prowadzeniu zajęć jednocześnie zapewniając dzieciom doskonałą zabawę.

Wierzmy, że dzięki wspólnym działaniom zwrócimy uwagę dzieci na temat zdrowego odżywiania i tym samym przyczynimy się do zmniejszenia skali otyłości wśród najmłodszych.

SCENARIUSZ 1.

Temat: Pięknie zjadłem obiad.

Cele:

Dzieci dowiadują się, dlaczego potrzebne jest jedzenie oraz poznają podstawowe reguły o jakich powinny pamiętać przygotowując się do posiłku.

Pomoce:

Kartonowe postacie 4 bohaterów, kosz, różne składniki do jedzenia, talerzyki, naklejka „Pięknie zjadłem obiad”, karty z zadaniem „Pięknie jem, więc szybko rosnę”, plansza „Jedzenie to energia”, miarki wzrostu przekazane w pakiecie materiałów edukacyjnych.

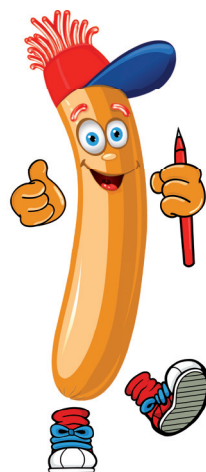
Uwaga!

Kartonowe postacie czterech bohaterów można wydrukować ze strony www.akademia-super-przedszkolaka.pl/DlaPrzedszkoli. Kartonowe postacie będą przydatne w czasie wszystkich zajęć prowadzonych w ramach programu. Plan-sze edukacyjne oraz inne materiały pomocne w trakcie zajęć dostępne są do pobrania na stronie www.akademia-super-przedszkolaka.pl.

Przebieg zajęć:

1. Nauczyciel/ka przedstawia bohaterów: **Feliksa, Tolka, Basię, Maurycego**.
 - ★ **Feliks** jest specjalistą od grzecznego zachowania przy stole, zawsze też dba o to, by umyć ręce przed posiłkiem.
 - ★ **Tolek** ma bardzo dużo energii, zawsze ładnie bawi się z kolegami i dba o dobrą atmosferę, nigdy się nie kłóci i zawsze jest uśmiechnięty.
 - ★ **Basia** pięknie śpiewa, zawsze wymyśla wesołe piosenki, przy których wszyscy tańczą.
 - ★ **Maurycy** jest bardzo mądry, a to dlatego, że dba o to, by jeść to, co zdrowe czyli owoce, warzywa i wędlinki.
2. Nauczyciel/ka zostawia postać Feliksa i zwraca się do dzieci:

● Feliks, grzecznym jest chłopakiem,
Jest też Super Przedszkolakiem.
Nakrywać do stołu pomaga mamusi,
Talerzyki i sztućce do jadalni nosi,
Przed jedzeniem myje ręce dokładnie
I już siada do stołu przykładnie.
Na pierwsze danie jest rosołek
Znika w mig cały kociotek.
Na drugie danie mama kotlecik wnosi,
Feliks zaraz o dodatkę prosi.
Zjada wszystko z talerzyka,
Wnet energii mu przybywa,
Grzecznie wstaje od stolika i wesoło po domu bryka,
Po jedzeniu naczynia do kuchni odnosi,
I o deser owocowy prosi.
Feliks codziennie pomaga mamusi,
Ona sama po obiedzie już sprzątać nie musi!



3. Dzieci odpowiadają na pytania dotyczące treści wiersza, np.:

*Jak Feliks pomagał mamie?
Co Feliks zrobił przed jedzeniem?
Czy Feliks zjadł cały obiadek?
Dlaczego należy jeść wszystkie produkty?
Po co potrzebne jest nam jedzenie?
Co Feliks zrobił po obiedzie?*

4. Nauczyciel/ka pokazuje dzieciom planszę „Jedzenie to energia” i zwraca się do dzieci z pytaniem, czy gdy są głodne lub gdy chce im się pić, to mają siłę i ochotę na zabawę? Tłumaczy dzieciom, że aby zdrowo rosnąć i mieć siłę do wykonywania codziennych czynności potrzebujemy energii, którą czerpiemy z jedzenia. Jedzenie dla człowieka jest jak paliwo dla samochodu. Dzieciom należy powiedzieć, że jeśli chcą mieć dużo siły i energii do zabaw muszą codziennie zjadać różne produkty takie jak warzywa, owoce, wędliny i mięsko, pieczywo, muszą też pić mleko i soki, które zawierają witaminy. Następnie Nauczyciel/ka pyta dzieci:

Jakie posiłki dziś zjedliście?

Dzieci odpowiadają, co jadły danego dnia.

5. Nauczyciel/ka wymienia kolejno zagadnienia, gdy odpowiedź ma brzmieć TAK, dzieci podskakują, gdy odpowiedź powinna być przecząca, dzieci kucają.

Codziennie należy pomagać mamie w przygotowaniu obiadu. (TAK – dzieci podskakują)

Dzieci nie muszą sprzątać po sobie. (NIE – dzieci kucają)

Jedzenie potrzebne jest by mieć siłę i energię do zabawy. (TAK)

Gdy zjadamy cały obiad zdrowo rośniemy. (TAK)

Jak zjemy obiad, kolacja jest nam niepotrzebna. (NIE)

Przed jedzeniem należy umyć ręce. (TAK)

6. Nauczyciel/ka zwraca się do dzieci:

A teraz zobaczmy, jak zdrowo rośnięcie. Mam tutaj kolorową miarkę wzrostu, jaką otrzymałam od Maurycego, Feliksa, Basi i Tolka. Teraz sprawdzimy, kto z Was jest najwyższy.

Dzieci kolejno podchodzą do miarki, a Nauczyciel/ka zaznacza na miarce małymi karteczkami z imieniem dziecka jego wzrost.

7. Nauczyciel/ka rozdaje dzieciom karty „Pięknie jem więc szybko rosnę” i dzieci rozwiązują zadanie.

8. Gdy przychodzi pora obiadu, Nauczyciel/ka zwraca się do dzieci:

Drogie dzieci, zbliża się pora obiadu, co musimy zrobić zanim pójdziemy jeść posiłek?

Dzieci odpowiadają, że muszą umyć ręce i wspólnie z Nauczycielem/ką idą myć ręce do łazienki. Nauczyciel/ka informuje, że każde dziecko, które ładnie i grzecznie zje obiad otrzyma nagrodę od Feliksa.

Po obiedzie Nauczyciel/ka rozdaje dzieciom naklejki „Pięknie zjadłem obiad” i pokazuje, że naklejka jest orderem, który dzieci mogą przykleić sobie na piersi jak odznakę.

PRZYKŁADOWE ZABAWY:

„Stoliczek, stoliczek...”

Przygotowanie rzeczy potrzebnych do nakrycia stołu: talerze, łyżki, kubki, serwetki, obrus. Nauczyciel/ka pyta dzieci, czy wiedzą, do czego potrzebne są wszystkie te przedmioty? Jednocześnie pokazuje dzieciom, jak wygląda ładnie i prawidłowo nakryte miejsce do jedzenia obiadu, jak powinny być ułożone sztućce (plansza do wydrukowania ze strony www.akademia-super-przedszkolaka.pl/DlaPrzedszkoli). Następnie zadaniem dzieci jest narysowanie prawidłowego nakrycia do stołu.

„Co to za przedmioty i do czego służą?”

Nauczyciel/ka w „zagadkowej skrzyni” ma schowaną: łyżkę do zupy, małą łyżeczkę, widelec, nóż drewniany lub plastikowy, obierak do warzyw i owoców, szatkownicę do frytek, wyciskacz do czosnku, wyciskacz do soku z cytryny. Dzieci wyjmują po jednym przedmiocie i zgadują ich nazwy oraz przeznaczenie.

UWAGA!

Należy uważać, by przedmioty schowane w skrzyni nie były ostre, by dzieci nie pokaleczyły się nimi.

SCENARIUSZ 2.

Temat: Grzeczne przedszkolaki.

Cele:

Dzieci dowiadują się, dlaczego ruch i ćwiczenia są ważne by rosnąć zdrowo, rozwijają również swoją sprawność ruchową.

Pomoce:

Sylwetka Tolka, sześcienna kostka, naklejki Order Grzecznego Przedszkolaka, dowolne nagranie muzyczne, kolorowanki sportowe dostępne na stronie www.akademia-super-przedszkolaka.pl w zakładce „Dla Przedszkoli”.

Przebieg zajęć:

1. Nauczyciel/ka pokazuje postać Tolka i mówi:

Tolek uwielbia ćwiczenia, wspólnie z innymi przyjaciółmi często gra w piłkę nożną, lubi też zabawę w chowanego i wiele innych ćwiczeń, dzięki którym jest silny i zdrowy. Tolek przygotował dziś dla nas zadanie, proszę powtarzajcie za mną i Tolkem:

Nauczyciel/ka czyta kolejno wersy w rytmie rapu wykonując wymieniane czynności dzieci powtarzają.



 Pokaż proszę, gdzie masz oczy, gdzie masz uszy, gdzie twój nos?
Gdzie masz rękę, a gdzie nogę, gdzie się czasem jeży włos?
Podnieś ręce, tupnij nogą, klaśnij mocno - nie bój się!
Hop do góry, potem na dół - razem pobawimy się.
Dalej przysiad i pajacyki - uśmiech na buzi niech każdy z nas ma.
Skacz wesoło i radośnie - bo to Ci zdrowie da.

2. Ćwiczenia zdrowego przedszkolaka.
Nauczyciel/ka wymienia hasło: pajacyki. Następnie rzuca sześcienną kostką do gry z ilością oczek 1-6. Dzieci głośno liczą i tyle samo robią pajacyków. Następnie zamiast pajacyków: podskoki, przysiady, skłony, wykroki itp.

3. Nauczyciel/ka zwraca się do dzieci:

*Czy lubicie ćwiczenia?
Dlaczego ważny jest ruch?
Jakie sporty możemy uprawiać o jakiej porze roku?
Na jakie zajęcia sportowe/taneczne uczęszczacie?
Skąd czerpiemy energię do ćwiczeń?*

Następnie dzieci opowiadają o swoich zainteresowaniach.

4. Zabawa ruchowa. W tle słyszać dowolną muzykę. Gdy muzyka cichnie dzieci dowiadują się, że na podłodze może stać tylko wymieniana przez Nauczyciela/kę część ciała np. plecy, jedna ręka i jedna noga, dwie ręce i dwie nogi, prawa noga itd.
5. Nauczyciel/ka rozdaje dzieciom kolorowanki, na których bohaterowie programu uprawiają różne sporty. Zadaniem dzieci jest pokolorowanie malowanki. Każde dziecko, które ukończy malowanie podnosi rękę i otrzymuje naklejkę z napisem Order Grzecznego Przedszkolaka. Dzieci przyklejają sobie naklejki jako odznaki.

PRZYKŁADOWE ZABAWY:

„Wróbelki i motylki”

Dziewczynki są motylkami, a chłopcy wróbelkami. Na podłodze w sali Nauczyciel/ka układa 5 szarf w różnych kolorach. Informuje dzieci o tym, że szarfy symbolizują kwiatki, na które siadają motylki. Następnie Nauczyciel/ka układa na podłodze 4 obręcze mówiąc, że są to gniazda, w których chowają się wróbelki. Dzieci biegają po sali. Gdy Nauczyciel/ka wymienia słowo „Motylki” dziewczynki podbiegają do szarf, gdy pada słowo „Wróbelki”, chłopcy podbiegają do obręczy.

„Tolek prowadzi slalomem”

W ogrodzie lub w sali dzieci ustawiają się w rzędzie. Nauczyciel/ka przypomina o zachowaniu odpowiedniego odstępu i niewyprzedzaniu podczas biegu. Nauczyciel/ka z postacią Tolka prowadzi grupę biegnąc slalomem pomiędzy drzewami lub ustawionymi przeszkodami. Można wykorzystać inne przeszkody: ławeczki, pacholki, piłki, krzesółka.

SCENARIUSZ 3.

Temat: Ładnie śpiewam!

Cele:

Dzieci poznają nazwy i rodzaje warzyw i owoców przy wspólnym śpiewaniu.

Pomoce:

Sylwetka Basi, naklejki „Ładnie śpiewam”, obrazki warzyw i owoców, długie sznureczki w ilości równej liczbie dzieci, dziurkacz, plansze „Gdzie mieszkają witaminy?”.

UWAGA!

Obrazki warzyw oraz plansze edukacyjne dostępne są na www.akademia-super-przedszkolaka.pl w zakładce Dla Przedszkoli.

Przebieg zajęć:

1. Nauczyciel/ka trzymając postać Basi informuje dzieci, że dziś wspólnie z Basią dzieci będą uczyły się piosenki „Urodziny marchewki”. W tym celu muszą przygotować swoje odznaki. Nauczyciel/ka rozdaje dzieciom kartki z wydrukowanymi obrazkami różnych warzyw i owoców. Każde dziecko dostaje jeden obrazek do pokolorowania. Następnie wycina je, a Nauczyciel/ka robi w rysunku dziurkę i nawleka rysunek na sznureczek, tak by można go zawiązać. Następnie każde dziecko zakłada sznureczek ze swoim warzywem lub owocem na szyję.
2. Przedstawienie postaci Basi
Basia lubi chodzić do przedszkola i zaśpiewa wam dzisiaj piosenkę:

URODZINY MARCHEWKI

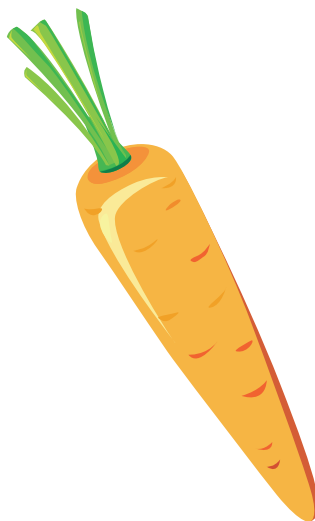
(autor i kompozytor nieznani)*

*Na marchewki urodziny
Wszystkie zeszły się jarzyny.
A marchewka gości wita
I o zdrowie grzecznie pyta.*

*Kartofelek podskakuje,
Burak z rzepką już tańczy.
Pan kalafior z krótką nóżką
Biegnie szybko za pietruszką.*

*Kalarepka w kącie stała
Ze zmartwienia aż pobałdła.
Tak się martwi, płacze szczerze,
Nikt do tańca jej nie bierze.*

*Wtem pomidor nagle wpada,
Kalarepce uklon składa.
Moja droga kalarepko
Tańcz ze mną, tańcz ze krzepko.*



*Źródło internetowe: <http://www.edukacja.edux.pl/p-7966-zajecia-muzyczne-w-edukacji-wczesnoszkolnej.php>; odczyt z dnia 17.07.2012r.

Wszystkie pary jarzynowe
Już do tańca są gotowe.
Gra muzyka, to poleczka,
Wszyscy tańczą już w kółeczkach.

3. Następnie dzieci w kółku trzymają się za ręce. Basia uczy dzieci piosenki. Jeden wers piosenki śpiewa Basia, a dzieci za nią powtarzają. Na koniec wspólnie śpiewają całą piosenkę.
4. Dzieci siadają w kółeczku. Nauczyciel/ka zadaje im pytania dotyczące piosenki:
Jakie warzywa brały udział w urodzinach marchewki?
Dlaczego kalarepka płakała?
Za kim biegł Pan kalańior?
Jakie znacie warzywa?
Dlaczego jedzenie warzyw jest tak ważne?
5. Nauczyciel/ka zwraca się do dzieci:

By zdrowo i szybko rosnąć każde dziecko musi zjadać owoce, warzywa, mięso, sery, makarony i wiele innych produktów. A czy wiecie w jakich produktach znajduje się dużo witaminek?

Dzieci odpowiadają, następnie Nauczyciel/ka uczy dzieci wierszyka. Czytając wierszyk Nauczyciel/ka pokazuje odpowiednie plansze „Gdzie mieszkają witaminy?”.

Witamina A, co w marchewce kryje się, doskonały wzrok nam da!
Witamina B, którą wędlna drobiowa ma – świetną pamięć mi da!
Witamina C, co w cytrynie ukryta się, przed chorobą ochroni mnie,
Witamina D, która w rybach znajduje się to mocne zęby i mocne kości,
tym właśnie witaminka D nas ugości!
Dzięki białku, które w mięsie i mleku kryje się,
Szybko urosnę i dowiem się czego tylko chcę!

Dzieci powtarzają wierszyk. Nauczyciel/ka podkreśla, że aby zdrowo rosnąć i dobrze zapamiętywać, dzieci potrzebują wiele witamin i innych składników, które kryją się w jedzeniu. Na zakończenie Nauczyciel/ka pokazuje kolejno plansze, a dzieci je opisują mówiąc np. że cytryny mają witaminy, które chronią przed chorobą.

6. Dzieci siadają w kółeczku. Nauczyciel/ka mówi zagadkę, dzieci odpowiadają.
 - ★ Na głoskę „C” się zaczyna i powoduje, że na buzi gości kwaaaaśna mina!
 - ★ Długi i żółty, wszyscy go znacie, biały jest w środku, skórkę zdejmujecie i już go zjadacie!
 - ★ W środku czerwony, na zewnątrz zielony, kształt ma okrągły, w środku ma ziaren wiele, na „A” go nazywają, czy już go wszyscy znają?
 - ★ Duży i okrągły, kolor ma bordowy, w barszczu pływa nie jeden, jego brat jest cukrowy!
 - ★ Długa i twarda, jest pomarańczowa, zieloną ma kłęb i jest bardzo zdrowa!
7. Basia rozdaje naklejki z napisem „Ładnie śpiewam” i dzieci przyklejają sobie naklejki na piersi, jak odznaki.

PRZYKŁADOWE ZABAWY:

„Burza mózgów”

Nauczyciel/ka pyta dzieci, jakie znają witaminy i gdzie one mieszkają? Wymieniają różne źródła pochodzenia witamin, mówią po co potrzebne są nam witaminy.

„Mikrofon dla dzieci”

Zabawa naśladująca piosenkarzy. Chętne dzieci biorą mikrofon i śpiewają dowolną, znaną im piosenkę, a pozostałe słuchają i nagradzają oklaskami po zakończeniu.

„Sałatka”

Dzieci siadają w kółeczku. Nauczyciel/ka daje hasło „zaczynamy robić sałatkę” – dzieci słuchają uważnie jakie produkty zostaną wymienione, te dzieci, które posiadają zawieszki z wymienionymi warzywami lub owocami wchodzi do środka i na czworaka zaczynają chodzić naśladując mieszanie się warzyw.

SCENARIUSZ 4.

Temat: Dobrze jem, więcej wiem!

Cele:

Dzieci dowiadują się jakie produkty są źródłem białka oraz poznają pojęcie piramidy zdrowego żywienia.

Pomoce:

Sylwetka Maurycego, sylwetka Jasia, piramidy zdrowego żywienia wydrukowane ze strony www.akademia-super-przedszkolaka.pl, naklejki „Dobrze jem, więcej wiem”, różne produkty żywnościowe oraz wykataczki.

Przebieg zajęć:

1. Nauczyciel/ka pokazuje postać Maurycego i Jasia:

Maurycy, co chciałbyś nam powiedzieć?

Maurycy mówi wierszyk:

Spójrzcie na Jasia, co za chudzina, słaby, mizerny, ponura mina,
A inni chłopcy silni jak konie i się ścigają jak szybkie konie,
Dlaczego Jasio wciąż mizernieje? Bo nasz kolega wcale białka nie je!
Białko to małe odrobinki, które mają w sobie jogurty, mleko, ale też wędlinki,
Więc codziennie dbaj o to, by białko zjadać,
Super Przedszkolakom nie trzeba tego podpowiadać,
Bo białko i witaminki to zdrowie dla chłopca i dziewczynki!



2. Rozmowa na temat treści wiersza. Nauczyciel/ka zwraca się do dzieci z pytaniami:

Dlaczego Jaś miał ponurą minę?

Co to jest białko?

W jakich produktach znajduje się białko?

Czy lubicie wędlinki? Jakiej najbardziej?

3. Następnie Nauczyciel/ka dzieli dzieci na małe grupy. Dzieci siadają przy stolikach. Każde dziecko ma przed sobą talerzyk. Na stoliku znajdują się różne produkty takie jak: wędliny, parówki, pieczywo, różne warzywa. Zadaniem dla dzieci jest przygotowanie parówkowego stwora za pomocą dostępnych elementów. Nauczyciel/ka podpowiada dzieciom, jak można przygotować np. pieska lub ośmiornicę.

Uwaga!

Inspiracje dla dzieci i Nauczyciela/ki można znaleźć na stronie www.indykpol.pl w dziale Dla Konsumenta -> Przepisy -> Dla najmłodszych. Znajduje się tam wiele ciekawych pomysłów na przyrządzenie przysmaków dla przedszkolaków.

4. Nauczyciel/ka przedstawia dzieciom rysunek piramidy zdrowego żywienia i omawia ją. Podkreśla, które produkty musimy jeść codziennie, a które kilka razy w tygodniu. Pyta dzieci o to, co lubią jeść na śniadanie, obiad i kolację, gdzie w piramidzie znajduje się nabiał, a gdzie wędlina. Następnie dzieci siadają w kółeczku, na środku Nauczyciel/ka kładzie wydrukowaną piramidę żywienia, na której pokazane są jedynie różne piętra w różnych kolorach. Nauczyciel/ka pokazuje produkty (mogą to być wydrukowane obrazki, a mogą to być także opakowania produktów). Dzieci zgłaszają się kolejno, jeżeli któreś z nich wie, na którym kolorze piramidy powinny znaleźć się wymieniane przedmioty, podchodzi i kładzie obrazek lub przedmiot na odpowiednie pole, mówiąc jak często należy jeść daną rzecz.
5. Maurycy rozdaje naklejki z napisem „Dobrze jem, więcej wiem!” i dzieci przyklejają je sobie jako odznaki.

PRZYKŁADOWE ZABAWY:

„Ketchupowe wariacje”

Dzieci siadają przy stolikach, przed każdym dzieckiem jest talerzyk. Nauczyciel/ka każdemu dziecku na talerzyk nakłada odrobinę keczupu. Zadaniem dzieci jest stworzenie na talerzyku rysunku paluszkami.

„Co to takiego?”

W worku znajdują się różne owoce i warzywa oraz inne składniki pożywienia. Dziecko wkłada rękę do worka, ma zawiązane oczy, wyciąga dowolny przedmiot i zgaduje co to takiego.

„Pary do pary”

Do zabawy potrzebne są produkty spożywcze, które używane były w trakcie zajęć. Dzieci siadają w kółeczku, produkty leżą na podłodze. Nauczyciel/ka mówi do dzieci:

Jak – zadaniem dzieci jest wymienienie produktu na „J”, który znajduje się wśród rzeczy na podłodze

I tak dalej w zależności od przedmiotów znajdujących się wśród produktów w kółku. Ważne, by znalazły się wśród nich również artykuły nabiałowe.

SCENARIUSZ 5.

Temat: Dobry kolega.

Cele:

Dzieci poznają podstawowe zasady dobrego zachowania względem siebie i innych.

Pomoce:

Sylwetki wszystkich postaci, naklejki „Dobry kolega”, Dyplomy dla Super Przedszkolaka.

Przebieg zajęć:

1. Nauczyciel/ka mówi do dzieci:

Wszystkie dzieci starają się być miłe dla kolegów, zgodnie się bawić, grzecznie i uprzejmie zwracać się do siebie. Jakie znacie słowa, które świadczą o dobrym wychowaniu?

Dzieci wymieniają słowa: dziękuję, proszę, przepraszam i mówią o tym, kiedy ich używają.

2. Następnie Nauczyciel/ka mówi lub śpiewa fragment piosenki pt. „Dobre zwyczaje” , muz. W. Szpilman, sł. Cz. Janczarski

Słońko ma bardzo dobre zwyczaje,
Dzień dobry mówi, gdy rano wstaje!
Dzień dobry, dzień dobry
Dzień dobry wam
Sto jasnych promyków
Każdemu dam.

3. Nauczyciel/ka prosi dzieci o wstanie żeby móc przeprowadzić zabawę: Uściśnij dłonie. Dzieci chodzą swobodnie po sali, Nauczyciel/ka podaje im kolejne instrukcje:

- ★ Uściśnij jak najwięcej dłoni
- ★ Witają się osoby, które noszą okulary
- ★ Witają się osoby, które są dziś wesole
- ★ Witają się osoby, które lubią chodzić do przedszkola itp.

Następnie Nauczyciel/ka czyta wiersz, którego dzieci uczą się na pamięć:

Super Przedszkolak dobrze wie,
Jak czarodziejskich słów używa się,
Proszę, przepraszam, dziękuję mówimy,
Tak właśnie czarodziejskie uczynki robimy!



4. Kulturalne zachowanie - mini burza mózgów

Dzieci siadają na krzesłach i zastanawiają się, co oznaczają słowa „kulturalne zachowanie”, jakie zachowania wobec kolegi możemy uznać za kulturalne. Pomysły spisujemy na dużym szarym arkuszu papieru, na którym narysowane jest słońce. Każdy promyk oznacza czarodziejskie słowo, czyli dobry obyczaj, który dobrze oddziałuje na nas i na innych. Słońce z promykami przyczepiamy do tablicy.

5. Po zakończonej zabawie Nauczyciel/ka rozdaje ostatnią naklejkę z napisem „Dobry kolega”, którą dzieci przyklejają sobie jako odznakę.
6. Nauczyciel/ka dziękuje dzieciom za zabawę i wręcza każdemu dziecku „Dyplom dla Super Przedszkolaka” mówiąc, że tytuł ten został nadany przez Maurycego, Tolka, Feliksa i Basię i gratulując dzieciom zdobycia dyplomu.

PRZYKŁADOWE ZABAWY:

„Kamień dobrych uczynków”

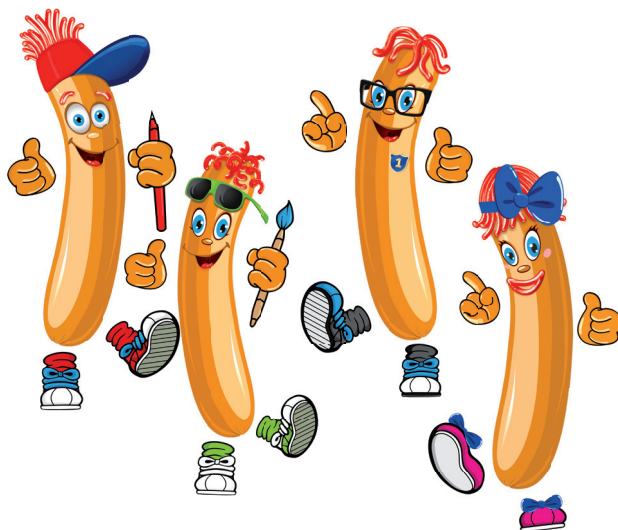
Nauczyciel/ka pokazuje kamień, który pod wpływem dobrych uczynków, które dzieci dziś zrobiły, rozgrzewa się i staje się ciepły. Kamień wędruje po kolei z rąk do rąk kolegów, dzieci wymieniają dobre uczynki, a Nauczyciel/ka słucha i motywuje do dalszych pozytywnych działań.

„Taniec przyjaźni”

Dzieci w parach tańczą trzymając się wyznaczonymi częściami ciała. Na hasło „dłonie” – łączą się za ręce i poruszają się w rytm muzyki. Potem to samo z kolanami, głowami, brzuskami, itp.

„Dzień przyjaźni”

Dzieci do końca dnia spełniają dobre uczynki dla kolegi, po spełnieniu każdego dobrego uczynku, dzieci przybijają sobie piątkę.



SCENARIUSZ 6.

Temat: Konkurs plastyczny.

Cele:

Rozwijanie zdolności plastycznych dzieci oraz przygotowanie do konkursu.

Pomoce:

Dowolne materiały plastyczne.

Nauczyciel/ka, czyta dzieciom **Kodeks Grzecznego Przedszkolaka**:

- I. Przed posiłkiem zawsze myję ręczki.
- II. Pięknie zjadam kanapeczki wspólnie z Basią.
- III. Feliks uczy mnie grzecznego zachowania przy stole.
- IV. Ładnie jem sztućcami.
- V. Moje zdrowe śniadanko z Basią, Feliksem, Tolkim i Maurycym.
- VI. Zawsze sprzątam po sobie zabawki.
- VII. Maurycy wie, gdzie mieszkają witaminy i białko.
- VIII. Ładnie śpiewam i tańczę wspólnie z Basią.
- IX. Pomagam rodzicom.
- X. Zdrowo jem - rosnę duży.
- XI. Umieję dzielić się zabawkami.
- XII. Z Maurycym dobrze jem, dlatego więcej wiem.

Następnie dzieci w grupie przygotowują pracę plastyczną w wybranych kategoriach. Każde przedszkole może zgłosić po jednej pracy w każdej kategorii. Szczegóły konkursu oraz regulamin dostępne są na stronie www.akademia-super-przedszkolaka.pl

Prace należy zgłaszać za pośrednictwem:

- ★ formularza na stronie www.akademia-super-przedszkolaka.pl w zakładce „Konkursy”
- ★ pocztą tradycyjną na adres:
Indykpol S.A.
ul. Jesienna 3
10-370 Olsztyn
z dopiskiem „Konkurs Kalendarz Super Przedszkolaka”

Każda z prac zgłoszonych pocztą tradycyjną powinna być opisana danymi adresowymi przedszkola, nazwą i wiekiem grupy, która pracę wykonała, ilością dzieci w tej grupie oraz nazwą i numerem kategorii w jakiej praca jest zgłaszana. Oto wzór metryczki:

Przedszkole nr 2
ul. Testowa 45/4
00-000 Miasto
nazwa grupy wykonującej pracę:
wiek dzieci wykonujących pracę:
liczba dzieci wykonujących pracę:
kategoria konkursowa nr:
nazwa kategorii:

Zapraszamy do wzięcia udziału w konkursie!
Przygotowaliśmy atrakcyjne nagrody dla przedszkoli i dzieci!

Akademia Super Przedszkolaka

Mięso w diecie malucha

Małe dzieci bardzo szybko rosną i potrzebują budulca do tworzenia nowych tkanek. Takim budulcem są aminokwasy, czyli elementy tworzące m.in. białko. Białko zwierzęce zawiera wszystkie aminokwasy niezbędne do rozwoju młodego organizmu. Pozostaje pytanie jakie mięso wybrać i jak je podawać...

1. **Wybieraj chude gatunki mięsa (indyk, kurczak, królik)** – nadmiar tłuszczu w diecie sprzyja otyłości, która coraz częściej dotyka również dzieci.
2. Mięso podawane maluchowi musi być **świeże i pochodzić z pewnego źródła**. Warto jest kupować produkty renomowanych zakładów mięsnych.
3. **Sposób obróbki termicznej** – małemu dziecku podawaj **mięso pieczone w folii lub duszone**, unikaj natomiast mięsa smażonego.
4. **Małym dzieciom nie zaleca się podawania mięs surowych** (tatar, carpaccio), ponieważ mogą być one źródłem zatrucia.
5. Rozwijające się dziecko potrzebuje ok. 2 g białka/kg masy ciała. Zakładając, że przeciętny 3-latek waży ok. 15 kg, powinien on zjeść ok. 30 g białka na dzień. Porcję taką pokryje kawałek piersi z indyka (100 g) oraz szklanka mleka i mały jogurt (125 g).
6. **Dziecku można dawać wędliny, ale rozsądnie wybrane – wysokogatunkowe i chude**. Czytaj skład podane na opakowaniach, szukaj wędlin z obniżoną zawartością soli, fosforanów i glutaminianu sodu (nowym produktem Indykpolu przeznaczonym dla brzuszków maluszków są **parówki Jedynecki**).

dr Anna Kulikowska, Doradca Żywnościowy – specjalista z zakresu diety i żywienia oraz jakości surowców i produktów spożywczych.

Jeśli masz pytania do naszego eksperta, pisz na adres:
doradcazywieniowy@indykpol.pl



Organizator:



Partnerzy medialni:



Patron honorowy:



Fundatorzy nagród:

