



**CO DZIEJE SIĘ
Z POKARMEM
W NASZYM ORGANIZMIE?**

**Blandyna
Zajdler**

SCENARIUSZ LEKCJI 20

Program nauczania przyrody w szkole podstawowej

opracowany w ramach projektu

„Tworzenie programów nauczania oraz scenariuszy lekcji i zajęć wchodzących w skład zestawów narzędzi edukacyjnych wspierających proces kształcenia ogólnego w zakresie kompetencji kluczowych uczniów niezbędnych do poruszania się na rynku pracy”

dofinansowanego ze środków Funduszy Europejskich w ramach
Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, 2.10 Wysoka jakość systemu oświaty

WARSZAWA 2019



Redakcja merytoryczna – Elżbieta Miterka
Recenzja merytoryczna – Monika Zaleska-Szczygieł
dr Adam Cudowski
dr Beata Rola
Urszula Borowska

Redakcja językowa i korekta – Editio

Projekt graficzny i projekt okładki – Editio

Skład i redakcja techniczna – Editio

Warszawa 2019
Ośrodek Rozwoju Edukacji
Aleje Ujazdowskie 28
00-478 Warszawa
www.ore.edu.pl

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach wolnej licencji Creative Commons – Użycie niekomercyjne 4.0 Polska (CC-BY-NC).
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl>

Temat lekcji

Co dzieje się z pokarmem w naszym organizmie?

Cel

Poznanie budowy i funkcji układu pokarmowego w organizmie człowieka.

Cele szczegółowe

- wymienia podstawowe składniki pokarmowe (cukry, tłuszcze, białka, witaminy, sole mineralne, woda);
- podaje podstawową funkcję układu pokarmowego w organizmie człowieka;
 - podaje nazwy i wskazuje na planszy drogę pokarmu przez odcinki przewodu pokarmowego (jamę ustną, gardło, przełyk, żołądek, jelito cienkie, jelito grube, odbył);
 - wskazuje na planszy i własnym ciele położenie gruczołów trawiennych, tj. ślinianki, wątroba i trzustka;
 - *wyjaśnia, co to znaczy trawienie pokarmu;
 - wyjaśnia, jakie funkcje pełni układ pokarmowy;
 - uzasadnia stwierdzenie, że podczas jedzenia, np. kanapki, nie należy rozmawiać;
 - poznaje zasady zdrowego odżywiania się na podstawie analizy „piramidy zdrowego żywienia”.

Metody/Techniki/Formy pracy

Metoda oglądowa, równym frontem w grupach 2-osobowych.

Środki dydaktyczne

Plansze, model układu pokarmowego człowieka, instrukcja do filmu, film pt. *Układ pokarmowy człowieka*: <https://www.youtube.com/watch?v=WxyEEwSBDG8> lub/i <http://scholaris.pl/resources/run/id/47921> lub/i <http://scholaris.pl/resources/run/id/47870> z Internetu, *Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dla dzieci i młodzieży* <https://ncez.pl/upload/piramida-dla-dzieci-i-mlodziezy-opis.pdf>.

Opis przebiegu lekcji

Faza wstępna

N. wyjaśnia, że na dzisiejszej lekcji pracujemy w grupach 2-osobowych z wykorzystaniem filmu i instrukcji do filmu, rozdaje instrukcje (czas na zapoznanie się – 2 minuty).

U. oglądają film i uzupełniają notatki zgodnie z podaną instrukcją do filmu.

Faza zasadnicza

Instrukcja do filmu:

1. Obejrzyj uważnie film i uzupełnij poniższe zdania, które opisują drogę i przemiany pokarmu w naszym organizmie.

2. Wpisz brakujące nazwy kolejnych odcinków przewodu pokarmowego człowieka: jama ustna,, przełyk,, jelito cienkie, i odbył.
 3. Zakreśl kółkiem te nazwy odcinków przewodu pokarmowego, w których odbywa się trawienie spożywanego pokarmu.
 4. Uzupełnij zdanie. Niestrawione resztki pokarmu przesuwają się z jelita do jelita i usuwane są z organizmu przez w postaci
 5. W układzie pokarmowym odbywa się, a powstałe składniki pokarmowe dostarczane są przez krew do komórek naszego organizmu.
 6. Wspólnym odcinkiem dla układu pokarmowego i jest gardło, dlatego podczas spożywania posiłków **nie należy**:, aby się nie zadławić.
- U. grupy podchodzą do planszy, wskazują odcinki przewodu pokarmowego i podają ich rolę.
- N. kontroluje poprawność wypowiedzi uczniów i prosi o uzupełnienia lub korektę.
- N. prosi o wyjaśnienie, dlaczego podczas spożywania pokarmów nie wolno biegać, śmiać się.
- U. wyjaśnia, w jaki sposób należy spożywać pokarmy, aby się nie zadławić.
- N. pyta, kto wyjaśni, dlaczego musimy dostarczać organizmowi różne pokarmy i wodę.
- U. wyjaśniają, że są niezbędne do wytwarzania energii koniecznej do życia (poruszania się, ogrzania ciała, wzrostu i myślenia).
- N. uzupełnia odpowiedzi uczniów i pyta, jakich składników dostarczamy z pokarmem.

Faza podsumowująca

- N. prosi o podanie nazw produktów spożywczych, które zawierają najwięcej: cukru, tłuszczu, białka i witamin.
- U. wykorzystując swoją wiedzę, podają nazwy produktów bogatych w cukry, witaminy itp.
- N. poleca wyszukanie w Internecie zasad i piramidy zdrowego żywienia oraz wykonanie ulotki/prezentacji nt. „Podstawowe zasady zdrowego żywienia dla 10-latka”.
- U. przygotowują materiały i prezentują na lekcji „W zdrowym ciele, zdrowy duch”.

Komentarz metodyczny

Wykorzystujemy krótki film pt. *Układ pokarmowy człowieka*, aby zapoznać uczniów z budową i rolą przewodu pokarmowego i gruczołów trawiennych, tj. ślinianki, wątroba i trzustka. Uczniowie w domu mogą odszukać informacje w Internecie, w jakich pokarmach jest najwięcej: cukrów, białek, tłuszczów i witamin i przedstawić ulotkę/prezentację nt. zdrowego odżywiania 10-latka. Wspominamy o higienie spożywania pokarmów i właściwym zachowaniu się

podczas jedzenia, aby uniknąć dostania się pokarmu do dróg oddechowych, co może zakończyć się tragicznie, nawet śmiercią przez zadławienie. Uczeń ze SPE może zapoznać się z filmem *Było sobie życie*, otrzymać kartę pracy ze schematem układu lub wykorzystać schemat na tablicy multimedialnej do wpisywania nazw elementów budowy.