

„ZDROWIE-TWÓJ PRZYJACIEL”

SCENARIUSZ ZAJĘĆ DLA KLAS I-III GIMNAZJUM

Opracowała: Elżbieta Bałata

Temat: Co to jest zdrowie?

Cele: uczeń

- ✓ Wymienia zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu
- ✓ Wskazuje wpływ zanieczyszczeń środowiska na zdrowie
- ✓ Dostrzega znaczenie profilaktyki (lepiej zapobiegać niż leczyć)
- ✓ Wskazuje znaczenie zdrowia fizycznego, psychicznego, duchowego i społecznego
- ✓ Wyjaśnia pojęcie zdrowia
- ✓ Zna czynniki warunkujące zdrowie i określa ich znaczenie
- ✓ Zna zasady zdrowego stylu życia
- ✓ Współdziała w zespole

Materiały:

- ✓ załącznik nr 1
- ✓ arkusze szarego papieru
- ✓ małe karteczki papieru

I. Część wstępna

1. Zabawa integracyjna

Dokończ zdanie: **Jestem szczęśliwa/szczęśliwy, bo**

II. Część właściwa zajęć

1. Co kojarzy Ci się ze zdrowiem? Napisz swe skojarzenia wykorzystując pionowo litery (zał. Nr 1)
2. Uczniowie pracują w grupach (numery parzyste i nieparzyste).
Na arkuszu szarego papieru grupa 1 wymienia zachowania zdrowotne, grupa 2-zachowania antyzdrowotne.
3. Nauczyciel podaje 4 hasła: zdrowie fizyczne(ZF), zdrowie psychiczne(ZP), zdrowie duchowe(ZD), zdrowie społeczne(ZS).
Grupy próbują przyporządkować zachowania prozdrowotne do określonego typu zdrowia.
4. Wypracowanie definicji ZDROWIA metodą „śnieżna kula”.
Uczniowie na kartkach definiują pojęcie zdrowia-najpierw pojedynczo, potem parami, czwórkami. Każda czteroosobowa grupa prezentuje swoją wersję.

Na zakończenie tego ćwiczenia nauczyciel podaje definicję ZDROWIA opracowaną przez Światową Organizację Zdrowia (WHO): **„Zdrowie oznacza stan dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego, a nie wyłącznie brak choroby czy niedomagania”**.

5. Na zdrowie wpływają różne czynniki:

- Środowisko życia
- Służba zdrowia
- Czynniki biologiczne
- Styl życia

Każdy uczeń wpisuje wg hierarchii ważności czynniki warunkujące zdrowie (zał. Nr 1 ; u podstawy piramidy czynnik najważniejszy).

Następnie nauczyciel przedstawia procentowe wyniki na piramidzie:

- 50% styl życia
- 20% środowisko
- 20% czynniki biologiczne
- 10% służba zdrowia

III. CZĘŚĆ KOŃCOWA

1. Uczniowie pracują w 4 osobowych grupach. Każda grupa otrzymuje do złożenia puzzle w kształcie serca, gdzie znajduje się cytat:

„ Dbajmy o zdrowie nie dlatego, że jest ważne, ale dlatego, że bez niego wszystko inne jest nieważne”.

JESTEM SZCZĘŚLIWA/Y, BO.....

JESTEM SZCZĘŚLIWA/Y, BO.....

JESTEM SZCZĘŚLIWA/Y, BO.....

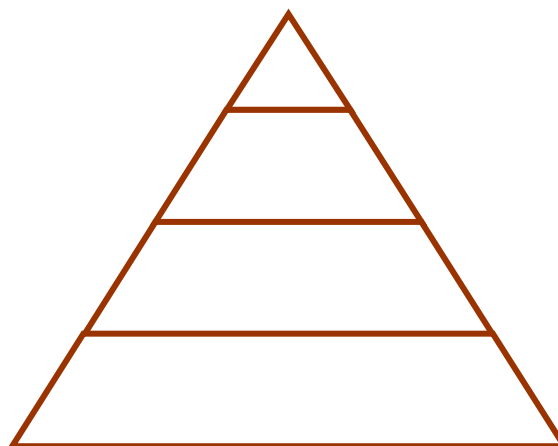
JESTEM SZCZĘŚLIWA/Y, BO.....

JESTEM SZCZĘŚLIWA/Y, BO.....

JESTEM SZCZĘŚLIWA/Y, BO.....

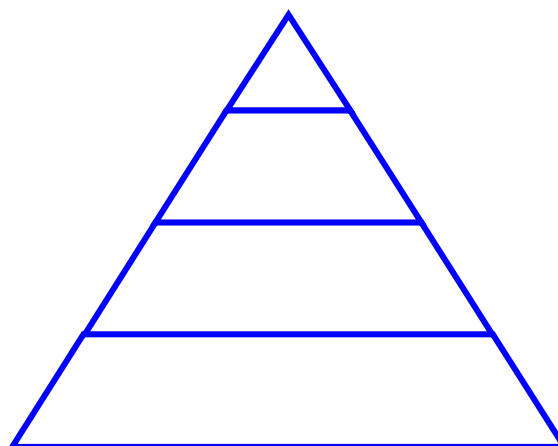
Załącznik nr 1

-Z-
-D-
-R-
-O-
-W-
-I-
-E-



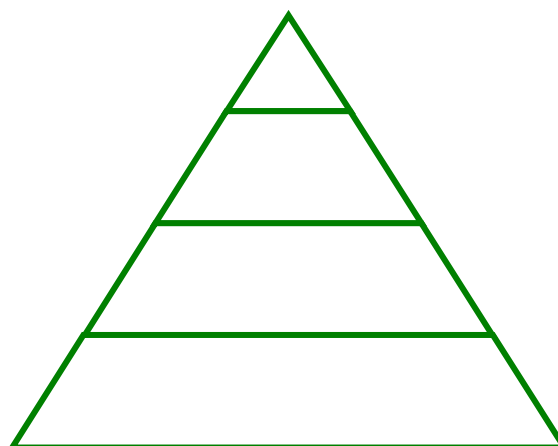
Załącznik nr 1

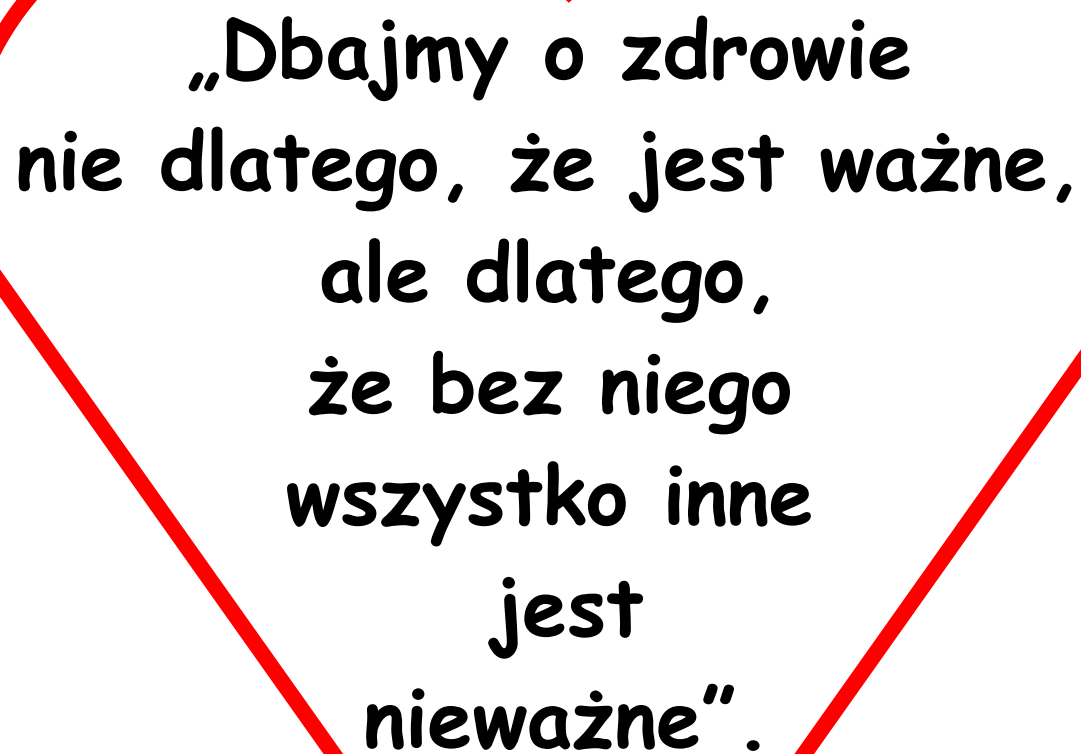
-Z-
-D-
-R-
-O-
-W-
-I-
-E-



Załącznik nr 1

-Z-
-D-
-R-
-O-
-W-
-I-
-E-





**„Dbajmy o zdrowie
nie dlatego, że jest ważne,
ale dlatego,
że bez niego
wszystko inne
jest
nieważne”.**