



BEZPIECZNY  
UCZEŃ

LESZEK STANISŁAW  
LESIŃSKI

## SCENARIUSZ LEKCJI PRZEDMIOTU EDUKACJA DLA BEZPIECZEŃSTWA III etap edukacyjny – zakres podstawowy

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 – Anna Kasperska-Gochna  
Recenzja merytoryczna – Arkadiusz Wójcik  
Katarzyna Witkowska  
Katarzyna Szczepkowska-Szczęśniak  
dr Beata Rola

Redakcja językowa i korekta – Altix

Projekt graficzny i projekt okładki – Altix

Skład i redakcja techniczna – Altix

Warszawa 2019

Ośrodek Rozwoju Edukacji  
Aleje Ujazdowskie 28  
00–478 Warszawa  
[www.ore.edu.pl](http://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

### Wiem co jem.

#### Cele

**a) cel ogólny** – zapoznanie z racjonalnym żywieniem i jego znaczeniem dla zdrowia i rozwoju.

#### b) cele szczegółowe

Cele operacyjne szczegółowe wynikające z podstawy programowej – uczeń potrafi:

- (P) wyjaśnić związki między aktywnością fizyczną, zwyczajami żywieniowymi i dobrostanem emocjonalnym;
- (P) wyjaśnić zagadnienia związane z właściwym, racjonalnym żywieniem, uzasadnia jego znaczenie dla zdrowia i rozwoju, w tym ochrony przed chorobami przewlekłymi;
- (PP) zdefiniować pojęcia bulimia i anoreksja, wyjaśnić ich następstwa;
- (P) wyjaśnić zagadnienia związane z właściwym, racjonalnym odżywianiem; uzasadnia jego znaczenie dla zdrowia i rozwoju, w tym ochrony przed chorobami przewlekłymi;
- (PP) omówić pojęcie „zdrowa żywność” oraz interpretować skład gotowych produktów spożywczych na podstawie etykiet.

Cele szczegółowe wykraczające poza Podstawę programową – uczeń potrafi:

- (PP) omówić pojęcie „zdrowa żywność” oraz interpretować skład gotowych produktów spożywczych na podstawie etykiet.

W czasie zajęć należy utrzymywać kompetencje kluczowe i interdyscyplinarne, a w szczególności: porozumiewanie się w języku ojczystym, umiejętność uczenia się, komunikacyjne – zarządzania przekazem werbalnym i niewerbalnym, inicjatywność, nabywanie nawyków systematycznego uczenia się, porządkowania zdobytej wiedzy i jej pogłębiania.

#### Metody/Techniki/Formy pracy nauczania

- wykład problemowy – przekazanie informacji przez nauczyciela
- problemowe – aktywizujące – „burza mózgów”
- kierowana dyskusja

#### Środki i pomoce dydaktyczne:

- prezentacja multimedialna i zestaw multimedialny
- pytania problemowe opracowane przez nauczyciela – aktywizujące do „burzy mózgów”
- tabela ze sposobami (nawykami) żywienia, przykładowa etykieta produktu
- komputer z dostępem do Internetu

### Opis przebiegu lekcji

- Czas trwania zajęć: 45'
- Uczestnicy: uczniowie I roku nauki

### Zadanie dla ucznia

- po wysłuchaniu nauczyciela wskaż w tabeli zasady żywienia racjonalnego oraz dokonaj analizy składu produktu na podstawie etykiety

### Faza wstępna

- określenie tematu zajęć, wyjaśnienie uczniom tematu, szczegółowych celów kształcenia, zaznajomienie uczniów z materiałami dydaktycznymi

### Faza wstępna

- omówienie przez nauczyciela podstawowych definicji i pojęć związanych ze zdrowym żywieniem
- dyskusja – „burza mózgów” wokół pytań problemowych stawianych przez nauczyciela
- praca indywidualna – wypełnienie tabeli żywienia oraz analiza etykiety produktu z wykorzystaniem komputera – strony o zdrowym żywieniu

### Faza sprawdzająca

- przedstawienie przez wskazanych uczniów dokonanych analiz i tabeli
- pytania sprawdzające zapamiętanie przez uczniów istotnych treści

### Faza końcowa – omówienie sposobu wykonania zadania

- dyskusja nad składem produktu i racjonalnym żywieniem
- postawienie zadań do samodoskonalenia pozalekcyjnego

## Komentarz metodyczny

**Sposoby oceniania:** obserwacja pracy uczniów, zaangażowanie w dyskusji, wybór dokonany w tabeli, interpretacja etykiety. Analiza etykiety adresowana jest głównie do uczniów zdolnych. Uczniów z SPE nie należy oceniać za zadanie wykraczające poza podstawę programową.

**Dostosowanie do ucznia z SPE.** Nauczyciel powinien stosować różne sposoby pracy z uczniami z SPE, w tym dodatkowe wyjaśnianie, pomoc posługiwania się wyszukiwarką w Internecie, stymulowanie precyzji formułowania wniosków i doskonalenia wypowiedzi. Należy dążyć do zachęcania uczniów z SPE do udziału w dyskusji.