



SCENARIUSZ ZAJĘĆ DLA KLAS 4-8



CELE MINISTERIALNE

- Promocja zdrowego trybu życia w szkole – kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych.

CELE SZCZEGÓŁOWE

- Kształtowanie umiejętności świadomego i odpowiedzialnego podejmowania decyzji konsumenckich
- Rozwijanie postawy dbałości o zdrowie i środowisko poprzez przemyślane wybory zakupowe
- Uświadomienie, że codzienne decyzje zakupowe mają realny wpływ na otoczenie

POMOCE POTRZEBNE DO ZAJĘĆ:

- tablica,
- mazaki/kredki,
- karty pracy nr 1, nr 2 i nr 3 (po jednej na grupę uczniów).

WPROWADZENIE

Nauczyciel rozpoczyna zajęcia krótką rozmową kierowaną, odwołując się do codziennych doświadczeń uczniów. Zadaje pytania:

- **Kto z Was był ostatnio na zakupach?**
- **Czy zawsze kupujemy to, co wcześniej zaplanowaliśmy?**

Następnie nauczyciel zapisuje na tablicy hasło KUPUJĘ Z GŁOWĄ i prosi uczniów o wyjaśnienie, co według nich ono oznacza. Uczniowie biorą udział w burzy mózgów – chętne osoby zgłaszają swoje skojarzenia i propozycje zasad związanych z mądrym kupowaniem. Nauczyciel porządkuje wypowiedzi i zapisuje na tablicy 3-4 najważniejsze zasady wskazane przez uczniów.



5 MINUT

Temat

Zakupy z głową

ORGANIZACJA PRACY I WPROWADZENIE DO ZADANIA

Nauczyciel dzieli uczniów na grupy (po 4-5 osób). Każda grupa otrzymuje:

- kartę pracy nr 1 – Lista zakupów,
- kartę pracy nr 2 – Czytamy etykiety produktów,
- kartę pracy nr 3 – Mądre decyzje zakupowe,
- mazaki/kredki.

Nauczyciel wyjaśnia pierwsze zadanie:

Zadaniem grupy jest wybrać produkty z listy w taki sposób, aby zakupy były przemyślane, niepowodujące marnowania i możliwie przyjazne dla środowiska.

Karta pracy nr 1

PLANOWANIE ZAKUPÓW

Uczniowie analizują kartę pracy nr 1 – Listę zakupów, zastanawiają się, które produkty są naprawdę potrzebne. Mogą zrezygnować z jednego z produktów, jeśli uznają go za zbędny.

Nauczyciel wspiera uczniów pytaniami: **„Czy na pewno tego potrzebujecie?”** **„Co może się zmarnować?”**. Prosi wybrane grupy o przeczytanie swoich zadań z karty pracy.

Karta pracy nr 2

CZYTAMY ETYKIETĘ PRODUKTU

Po zakończeniu listy zakupów uczniowie analizują otrzymaną kartę pracy nr 2, gdzie porównują 2 warianty tego samego produktu (np. sok):

- uczniowie porównują: termin przydatności, skład (bardzo ogólnie), rodzaj opakowania,
- uczniowie wybierają najlepszy wariant i zaznaczają go.



10 MINUT



10 MINUT

Karta pracy nr 3

MĄDRE DECYZJE ZAKUPOWE



10 MINUT

- Nauczyciel przemieszcza się między stolikami, monitoruje pracę uczniów i sprawdza, czy karta pracy nr 2 została ukończona. Następnie zaprasza do krótkiej prezentacji wyników pracy te grupy, które wcześniej nie miały okazji zaprezentować swoich odpowiedzi.

Po omówieniu wyborów uczniów nauczyciel rozdaje kartę pracy nr 3 i wyjaśnia zasady jej wykonania.

- Nauczyciel mówi: **Przed chwilą planowaliście zakupy i wybieraliście produkty. Teraz spróbujemy zastanowić się ogólnie, jak podejmować mądre decyzje na zakupach – nie tylko dziś, ale na co dzień. Spójrzcie na kartę pracy nr 3. Są tam trzy pola.**

1. Z czego mogę zrezygnować?

Na liście zakupów skreśliliście jeden produkt, który uznaliście za zbędny. Teraz pomyślcie, z czego wy sami moglibyście czasem zrezygnować podczas zakupów. W tym polu narysujcie lub wpiszcie jeden taki przykład.

2. Co mogę kupić w mniejszej ilości?

Porównywaliście produkty i widzieliście, że różnią się opakowaniem, składem i terminem przydatności. Zastanówcie się teraz, co warto kupować w mniejszej ilości, żeby się nie zmarnowało. Zaznaczcie lub narysujcie jeden przykład.

3. Nad czym warto się zastanowić przed zakupem?

Podczas zabawy musieliście planować, porównywać i wybierać. W tym polu pomyślcie, o czym warto pomyśleć zanim coś kupimy – zanim włożymy produkt do koszyka. Narysujcie lub opiszcie jedną taką sytuację.

Uczniowie:

- wskazują jeden przykład rzeczy, z której mogą zrezygnować,
- wskazują jeden przykład produktu, który mogą kupić w mniejszej ilości,
- wskazują jedną sytuację, nad którą warto się zastanowić przed zakupem.

Po wykonaniu zadania chętne osoby prezentują wyniki swojej pracy.

PODSUMOWANIE

Nauczyciel podsumowuje: Dziś zobaczyliście, że zakupy to nie tylko wybieranie produktów z półki.

Najpierw planowaliśmy zakupy, potem sprawdzaliśmy informacje na etykietach, a na końcu zastanawialiśmy się nad własnymi decyzjami.

Mądre kupowanie to:

- planowanie,
- czytanie informacji,
- zastanowienie się, czy coś jest naprawdę potrzebne.

Jeśli będziemy robić zakupy z głową, będzie mniej marnowania, mniej śmieci i więcej troski o zdrowie i środowisko.

Nauczyciel zadaje pytania do klasy, chętni uczniowie się zgłaszają i odpowiadają:

- **Co najbardziej Was dziś zaskoczyło podczas zakupów?**
- **O czym warto pomyśleć następnym razem, gdy będziecie w sklepie?**
- **Jaką jedną rzecz możecie zmienić w swoich zakupowych wyborach?**



5 MINUT

Karta pracy 1

Planujemy zakupy

Sytuacja:

Przygotowujecie zakupy na wspólne śniadanie.

Zadanie:

Zaznacz produkty, które są potrzebne. Skreśl jeden produkt, który Twoim zdaniem nie jest konieczny. Zapisz ostateczną listę zakupów.



Nasza ostateczna lista zakupów:

.....

.....

.....

.....

Dlaczego zrezygnowaliśmy z jednego produktu?

.....

.....

Karta pracy 2

Czytamy etykietę produktu

Przyjrzyj się etykietom produktów. Zaznacz nazwę produktu, termin przydatności do spożycia, skład oraz materiał opakowania.

Porównaj produkty i zaznacz najlepszy wybór.

SOK A

SOK

POMARAŃCZOWY
Z KONCENTRATU



SKŁAD

WODA, SOK POMARAŃCZOWY Z KONCENTRATU (50%), CUKIER, REGULATOR KWASOWOŚCI: KWAS CYTRYNOWY, KONSERWANT: BENZOESAN SODU, AROMAT



TERMIN PRZYDATNOŚCI
10.08.2029



SOK B

SOK

POMARAŃCZOWY
100%



SKŁAD

SOK POMARAŃCZOWY 100%



TERMIN PRZYDATNOŚCI
10.08.2026



Produkt	Termin przydatności	Skład	Opakowanie	Wybór
Sok A	<input type="checkbox"/> krótki <input type="checkbox"/> długi	<input type="checkbox"/> prosty <input type="checkbox"/> długi	<input type="checkbox"/> szkło <input type="checkbox"/> plastik	<input type="checkbox"/>
Sok B	<input type="checkbox"/> krótki <input type="checkbox"/> długi	<input type="checkbox"/> prosty <input type="checkbox"/> długi	<input type="checkbox"/> szkło <input type="checkbox"/> plastik	<input type="checkbox"/>

Dlaczego wybraliśmy ten produkt?

.....

.....

Karta pracy 3

Mądre decyzje zakupowe

Polecenie:

Zastanów się nad swoimi wyborami podczas zakupów. W każdym polu narysuj lub wpisz jeden przykład.

Z czego mogę zrezygnować?	Co mogę kupić w mniejszej ilości?	Nad czym warto się zastanowić przed zakupem?



KONKURS PLASTYCZNY DLA KLAS 4-8

1. Wykonaj wraz z uczniami zadanie konkursowe:

Stwórcie wspólnie grę planszową, która dzieje się w sklepie! Alejki mogą być kolejnymi polami, a wózki sklepowe pionkami - jest tyle możliwości! Wymyślcie, jak wykorzystać przeciwstawienie zdrowych i niezdrowych produktów, oraz jak nagrodzić najlepszego gracza. Kredki i kości w dłoń!

2. Zarejestruj swoją placówkę na gotuj sienazmiany.pl

i prześlij poprzez formularz zdjęcie projektu w formacie PDF.

3. Nagrody:

Autorom 5 najciekawszych prac wręczymy vouchery o wartości 500 zł*.

* W zależności od potrzeb Waszej placówki do wyboru będą vouchery do sklepów:

TANIA KSIĄŻKA | ALLEGRO | EMPIK