



MITY

O CZYM BĘDZIE?

Scenariusz będzie poruszał tematów dotyczących różnych mitów związanych z zdrową żywnością. Uczniowie będą uczyć się krytycznego myślenia. Poszukają informacji dotyczących wartości odżywczych w produktach spożywczych, dowiedzą czym się różni cukier trzcinowy od buraczanego. Poznają fakty i mity na temat masła i margaryny.

	TEMAT/ZAGADNIENIA	PRZEDMIOT	elementy z podstawy programowej
Punkt 1	Co ma wspólnego American Gothic z burakiem?	(język polski- plastyka- matematyka) nauczanie interdyscyplinarne	II. Doskonalenie umiejętności plastycznych: • ekspresja twórcza przejawiająca się w działaniach grupowych V. Obliczenia procentowe. Uczeń: • przedstawia część wielkości jako procent tej wielkości; II Kształcenie językowe Uczeń umie sformułować krótką wypowiedź pisemną.
Punkt 2	Chabry, maki i rumianek, czy są tylko chwasty...? - Mity w rolnictwie	(Język polski - plastyka- biologia) nauczanie interdyscyplinarne	II. Doskonalenie umiejętności plastycznych: • ekspresja twórcza przejawiająca się w działaniach grupowych
Punkt 3	Chleb a na to grubo masło, czy w naszych żyłach będzie ciasno...? Może margaryna miążdzyce zatrzyma?!	biologia, chemia	• Uczeń rozumie różnicę pomiędzy tłuszczami zwierzęcymi a tłuszczami roślinnymi. Uczeń rozumie rolę tłuszczów w organizmie człowieka, wie z jakich roślin można pozyskać olej.
Punkt 4 ...	Może cytrynki żeby dostarczyć witaminki C? Oj ,chyba nie.	biologia, chemia	• Uczeń potrafi powiedzieć, gdzie występuje witamina C, rozumie, co wpływa na zawartość witaminy C i jakie znaczenie ma dla organizmu.
Punkt 5	¡Toma leche y serás grande!	Hiszpański	Uczeń wykorzystuje swoją wiedzę związaną z produktami mleczarskimi. Chociaż mleko bezpośrednio nie jest w stanie rozwinąć człowieka to z pomocą obejrzenia filmu o tej tematyce uczeń może zrozumieć, że poprzez dostarczenie składników odżywczych zawartych w produktach mlecznych może osiągnąć różne cele w życiu.

CZAS TRWANIA	ŚRODEK TRANSPORTU	DYSTANS	POTRZEBNE AKCESORIA	GRUPY
2 godziny (rowerem) 4 godziny (pieszo)	rowerem lub pieszo	4 km w jedną stronę	wersja piesza: czarne flamastry, długopis, kilka kartek, podkładka, telefon z dostępem do internetu, dla chętnych aparat cyfrowy wersja rowerowa: kask,	Scenariusz przeznaczony dla klas podzielonych na 4-6 osobowe zespoły?



Spis treści

- 1-3 Instrukcja dla nauczyciela
- 4-13 Materiały dla uczniów
- 4-6 Punkt 1 - / Co ma wspólnego American Gothic z burakiem?
- 7-9 Punkt 2 - / Chabry, maki i rumianek, czy to są tylko chwasty...? - Mity w rolnictwie
- 10-11 Punkt 3 - / Masło vs Margaryna
- 12 Punkt 4 - / Może cytrynki żeby dostarczyć witaminki C? Oj ,chyba nie.
- 13 Punkt 5 - / ¡Toma leche y serás grande!

INSTRUKCJA DLA NAUCZYCIELA

1. Jak dostać się na miejsce?

Trasę możemy rozpocząć na skwerku sportowym u zbiegu ulic Mirkowskiej i Bielawskiej (tuż przy moście drogowym) Znajdują się tam ławki i spora przestrzeń na ciekawe rozpoczęcie.

Jeżeli wybierzemy opcję rowerową ta lokalizacja też wydaje się sensowna. Większość trasy biegnie wzdłuż wału. Jest to odkryta przestrzeń. W czasie słonecznej pogody warto mieć na uwadze posiadanie nakrycia głowy i niezbędnych akcesoriów terenowych. (wiosna/latem/wczesną jesienią coś na komary i kleszcze)

W przypadku wybrania opcji rowerowej trasa przewidziana jest na około 2 godziny. W przypadku wybrania opcji pieszej czas przejścia i powrotu należy pomnożyć przez 2.

Bez względu czy wybierzemy opcję pieszą czy rowerową warto rozważyć zabranie ze sobą lornetki, pojemnika na okazy. W pobliżu trasy znajduje się wspaniały widok na Warszawę, pola, łąki a nade wszystko na kilka stanowisk rozlewisk, starorzeczy.

Warto też zapytać uczniów jaki może mieć związek temat scenariusza z tym co widzimy dookoła.

*Po wycieczce prześlij nam
krótką opinię na temat
przeprowadzonych zajęć.
Dziękujemy!*



2. Komentarz do zadań

Odpowiedzi do zadania 2 - "Chabry, maki i rumianek, czy to są tylko chwasty...?":

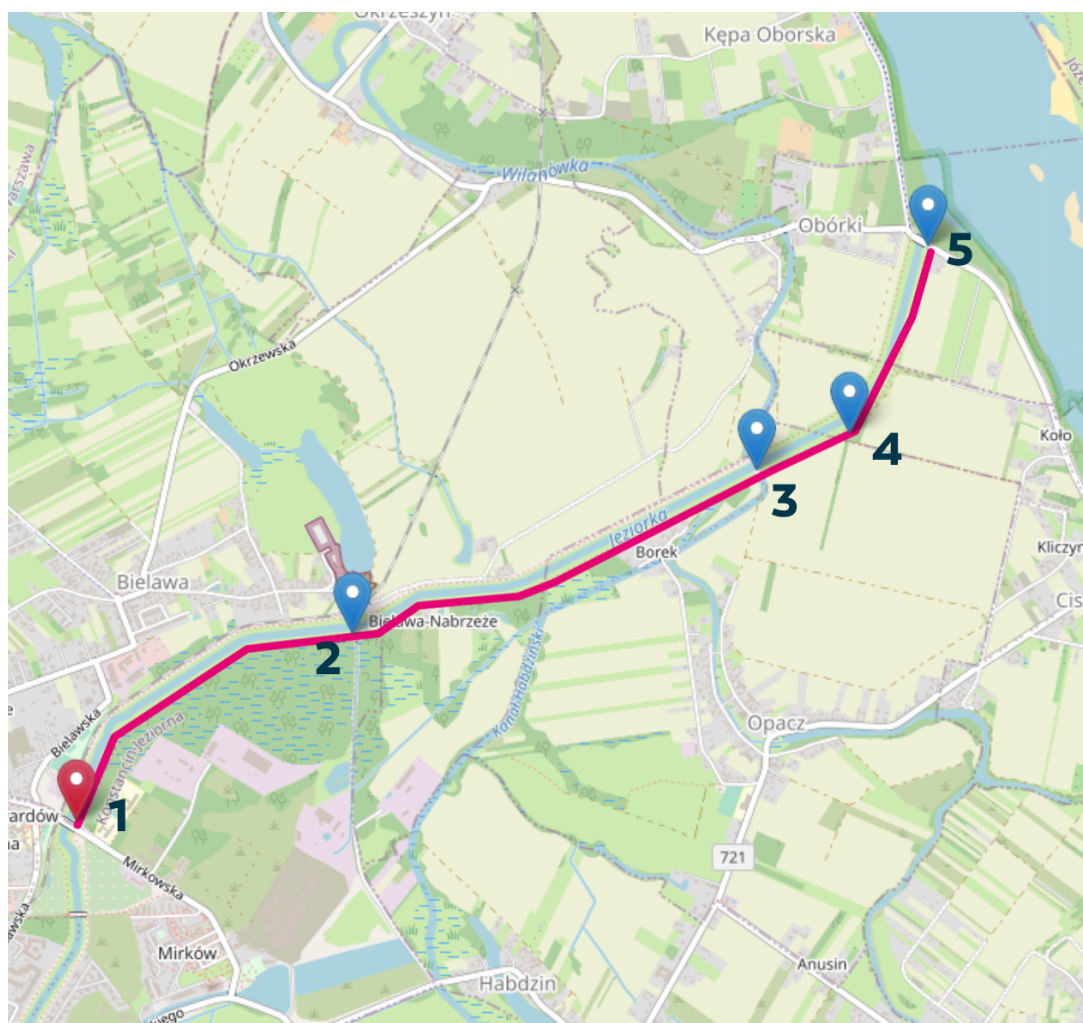
1. MIT - Zioła są produktami naturalnymi i w odróżnieniu do syntetycznych leków w dużo mniejszym stopniu narażają nasz organizm na skutki uboczne w leczeniu różnych chorób.

2. FAKT - Obraz został namalowany w 1873 roku przez artystę Claude'a Moneta. Aktualnie można go obejrzeć w muzeum Orsay, które znajduje się w Paryżu.

3. FAKT - Rośliny uważane za chwasty podnoszą bioróżnorodność. Są siedliskiem i źródłem pożywienia dla owadów, które niszczą szkodniki roślin uprawnych.

4. FAKT - chwasty wykorzystuje się do sporządzania preparatów w uprawach ekologicznych. Na przykład z wywaru z rumianku można stworzyć spray przeciw grzybiczny.

Przebieg trasy



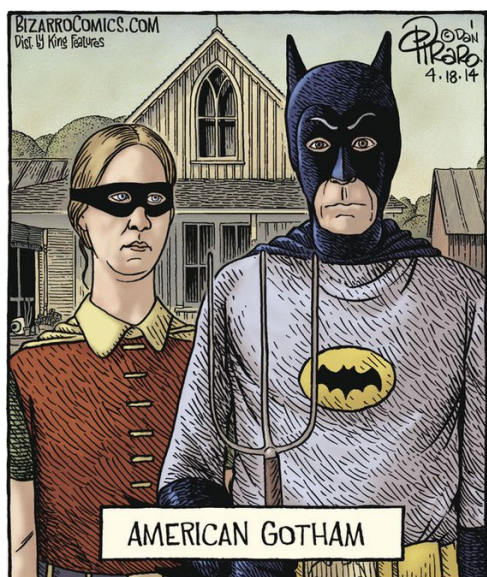
Punkt 1 // Co ma wspólnego American Gothic z burakiem?

Co ma wspólnego burak i trzcina cukrowa z obrazem "American Gothic"? Przeczytaj artykuł i dowiedz się jak wiele mitów jest związanych z tymi dwoma tematami.

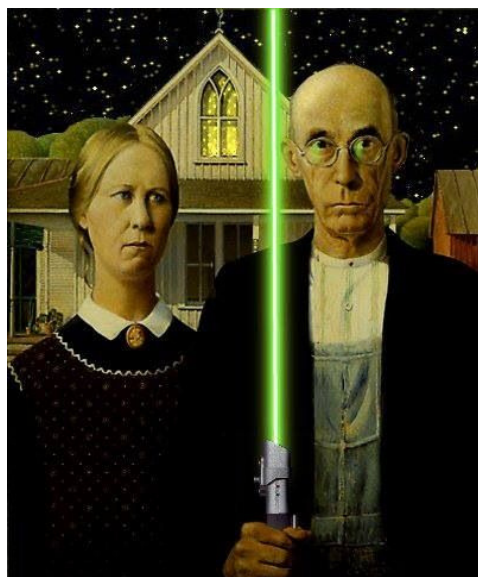
Źródło wiedzy:
<https://niezlasztuka.net/o-sztuce/grant-wood-american-gothic/>



Obraz ten jest często wykorzystywany do różnego rodzaju kolaży, reklam, plakatów, czy memów. Przez lata był inspiracją do tworzenia ciekawych materiałów reklamowych i wszedł na stałe do naszej kultury. Jego rozpoznawalność już dawno przekroczyła granicę Stanów Zjednoczonych:



Źródło: Bizarrocomics.com



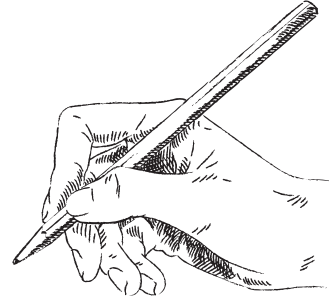
Źródło: <https://pin.it/7cRZT8E>



Źródło: ilustracja Miriam Martincic



Pierre-adrien sollier - "American Gothic" 1930 / 2022 Akryl, wymiary 63 X 58 cm



Punkt 1 // Co ma wspólnego American Gothic z burakiem?

Dobierzcie się w pary i stwórzcie własną interpretację dzieła: "American Gothic" - Granta Wooda z 1930 roku. Wypełnijcie białą przestrzeń używając do tego ołówków, długopisów lub cienkopisów. Naszkicujcie walor za pomocą kresek, kropek lub, jeżeli korzystacie z ołówków, to możecie je rozcierać palcem:



Grant Wood, American Gothic | 1930, The Art Institute of Chicago Museum

Punkt 2 // Chabry, maki i rumianek, czy to są tylko chwasty...?

Zadanie 1

Czy chabry, maki, rumianek są tylko chwastem, czy mają właściwości odżywcze? Odgadnij jakie są mity z nimi związane, dzięki artykułowi z poniższego kod QR i następnie rozwiąż zadania, zakreślając właściwą odpowiedź:

Źródło wiedzy:

<https://strefaagro.pl/tych-chwastow-nie-trzeba-wyrywac-oto-5-powodow-dla-ktorych-polubisz-chwasty-dlaczego-maki-i-chabry-znikaja-z-polskich-pol/ar/c8-17409535>



1. Czy zioła mogą być niebezpieczne?



a) FAKT

b) MIT

2. Czy ten obraz został namalowany przez artystę Claude'a Moneta?
Tytuł obrazu to: "Maki"



a) FAKT

b) MIT

Punkt 2 // Chabry, maki i rumianek, czy to są tylko chwasty...?



3. Czy rośliny uważane za chwasty podnoszą bioróżnorodność? Czy są siedliskiem i źródłem pożywienia dla owadów, które niszczą szkodniki roślin uprawnych ?



a) FAKT

b) MIT

4. Czy chwasty wykorzystuje się w rolnictwie ekologicznym ?



a) FAKT

b) MIT

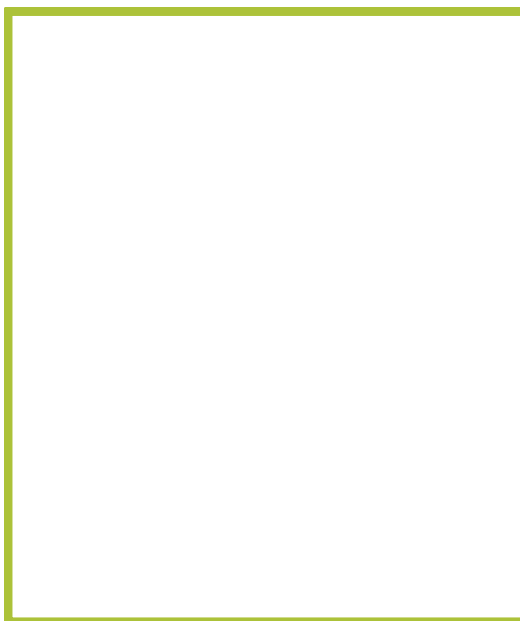
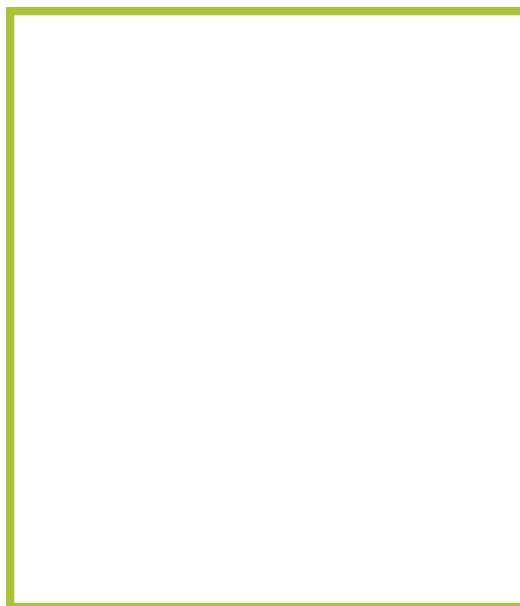
Punkt 2 // Chabry, maki i rumianek, czy to są tylko chwasty...?

Zadanie 2

1. Znajdź na polu dwa chwasty : rumianek, chabry
Narysuj je w odpowiednim miejscu przy opisanych ich właściwościach leczniczych.

W medycynie i kosmetyce używa się olejku. Najczęściej jest stosowany doustnie jako środek przeciwzapalny i przeciwskurczowy układu pokarmowego, ma też działanie przeciwalergiczne. Użyty zewnętrznie przeciwdziała stanom zapalnym skóry.

Działanie: moczopędne, żółciopędne i przeciwzapalne. Ze względu na bardzo łagodne działanie przeciwzapalne stosowany przy zapaleniu spojówek i w pediatrii. Napar z kwiatów zalecany jest przy chorobach nerek, stanach zapalnych kłębków i miedniczek nerkowych, przy niewydolności krążenia i w kamicy nerkowej.



Punkt 3 // Chleb a na to grubo masło, czy w naszych żyłach będzie ciasno...? Może margaryna miążdżycę zatrzyma?!



Na pewno słyszeliście o tym że masło jest złe. Tłuszcze zwierzęce, które zapychają nasze żyły, a potem powodują miążdżycę, zawały, udary. I tutaj pojawia się margaryna, która jest tłuszczem roślinnym. Czyli powinna być zdrowa, a na pewno zdrowsza od masła. Czy rzeczywiście tak jest? Nie, niestety nie, jest to często powtarzany mit. Ale myślę, że więcej dowiedziecie się z dwóch krótkich filmików. Następnie zmierzcie się z zadaniami.



Zadanie 1

Po obejrzeniu filmów zastanówcie się wspólnie i spróbujcie odpowiedzieć na pytania:

- Dlaczego margaryna wcale nie jest taka zdrowa jak często pokazują nam reklamy?
- Dlaczego warto jeść masło?
- W jakich ilościach jedzenie masła służy naszemu zdrowiu?

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Punkt 3 // Chleb a na to grubo masło, czy w naszych żyłach będzie ciasno...? Może margaryna miążdżycę zatrzyma?!

Zadanie 2

Z jakich roślin możemy pozyskać olej? Wymień minimum trzy a może uda Ci się więcej!



.....

.....

.....

.....

.....



Zadanie 2

Dlaczego zamiast sięgnąć po batonik, chipsy zdecydowanie lepiej sięgnąć po garść orzechów?

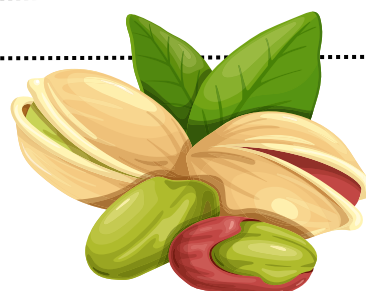
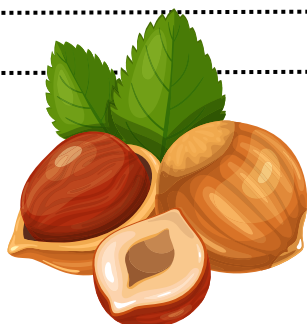
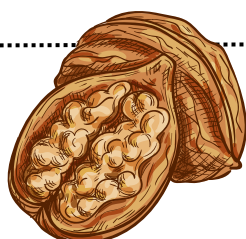
.....

.....

.....

.....

.....



Punkt 4 // Może cytrynki, żeby dostarczyć C witaminki? Oj, chyba nie.

No dobra nie do końca jest tak, że witaminy C tam nie ma wcale... , jest, ale nie tak dużo jak się powszechnie wydaje. Przeczytajcie tekst ukryty pod kodem QR, myślę, że odkryjemy parę witaminowych tajemnic.



Zadanie 1

Jak myślicie dlaczego uważa się, że cytryna ma tak dużo witaminy C? Co mogło być przyczyną powstania tego mitu? W rzeczywistości dużo więcej ma jej natka pietruszki. Od czego zależy duża zawartość tej witaminy?

Zadanie 2

Gdybyście byli przeziębieni, dlaczego warto byłoby zjeść produkty kiszone, tak zwane kiszonki?



¡Toma leche y serás grande!

Mira el vídeo y escribe 5 actividades que aparecen. (Puedes activar los subtítulos)



1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Escribe el nombre de los productos derivados de la leche



Escribe combinaciones de productos:



Café con.....

.....

.....

.....