



**Автор:** Большакова Галина Леоновна

**Предмет:** Естествознание

**Класс:** 1 класс

**Раздел:** Человек

**Тема:** Как правильно питаться

Цели обучения (ссылка на учебную программу):	1.4.2.2 определить потребности человека, необходимые для его роста и развития, (например, питание, сон и т.д.)
Цели урока:	Все учащиеся смогут: <ul style="list-style-type: none"><li>• определить потребности человека, необходимые для его роста и развития.</li></ul> Большинство учащихся смогут: <ul style="list-style-type: none"><li>• составить правила правильного питания.</li></ul> Некоторые учащиеся смогут: <ul style="list-style-type: none"><li>• составить меню из полезных продуктов для завтрака на 3 дня.</li></ul>
Языковые цели:	1. Слушание: во время просмотра видео прослушать информацию о полезных и вредных продуктах питания. 2. Говорение: обсудить в группах и рассказать правила правильного питания. 3. Чтение: прочитают расположение продуктов в пирамиде питания. 4. Письмо: при составлении диаграммы Кэрролла записать полезные и вредные продукты и напитки. Учащиеся смогут использовать в своей речи основные понятия: завтрак, обед, полдник, ужин, витамины, здоровый, бодрый, энергичный. Полезная фраза для диалога/письма: Для роста и развития дети должны употреблять полезную пищу. <b>Ключевые слова и фразы:</b> полезные и вредные для здоровья продукты питания, приём пищи, правильное питание, пирамида питания.
Навыки использования ИКТ:	Использование ИКТ, справочные материалы. Связь с предметом «Познание мира». Семейные традиции. Связь с предметом «Обучение грамоте» при изучении раздела «Еда и напитки»
Предыдущие знания:	Учащиеся знают, что люди являются живыми организмами, такими же, как животные и растения; понимают, что люди растут, взрослеют и стареют.

### Ход урока

Этапы урока	Запланированная деятельность на уроке	Ресурсы
-------------	---------------------------------------	---------

<p>Начало урока (5-10 минут)</p>	<p>Создание положительного эмоционально настроения. Я создаю благоприятную атмосферу для работы на уроке. Ученики становятся в круги прослушивают отрывок из песни «Моя семья»</p> <p>Приём «Добавь следующее» Ученик называет предмет и передаёт эстафетную палочку соседу, тот придумывает второе слово, относящееся к этой же группе предметов, и называет уже два слова по порядку. Следующий ученик называет два слова и добавляет своё и т.д. Например:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Семья.</li> <li>2. Семья, мама.</li> <li>3. Семья, мама, папа.</li> <li>4. Семья, мама, папа, я.</li> <li>5. Семья, мама, папа, я, брат.</li> <li>6. Семья, мама, папа, я, брат, сестра.</li> <li>7. Семья, мама, папа, я, брат, сестра, бабушка.</li> <li>8. Семья, мама, папа, я, брат, сестра, бабушка, дедушка. (Учитель хвалит детей и спрашивает: «Гордитесь ли вы собой, что у вас всё получается? Будете ли вы хвалиться этим?») - Возьмёмся за руки, поделимся друг с другом улыбкой и от всей души пожелаем себе сегодня на уроке добра и удачи. (Дети, держась за руки, повторяют за учителем слова хором) Мы - умные!!! Мы - дружные!!! Мы - внимательные!!! Мы - старательные!!! Мы - отлично учимся!!! ВСЁ У НАС ПОЛУЧИТСЯ!!!</li> </ol> <p>Актуализация жизненного опыта. Игра «Четвёртое лишнее» Груша, яблоко, сон, апельсин. Карандаш, ручка, пенал, тепло. Воздух, мама, папа, сын. Ученик, питание, ученица, учитель. Люблю, рисую, играю, одежда. Красивый, умный, дом, старательный. Стол, вода, кресло, диван. - Что необходимо любому человеку в повседневной жизни? Без чего человек не сможет жить? Мы назвали самое необходимое в жизни человека. (Дети называют, а учитель вывешивает карточки со словами на доску) - Обратите внимание, что одно слово яркое и привлекает внимание. Как вы думаете, какова цель нашего урока? Цель нашего урока: 1.4.2.2 определить потребности человека, необходимые для его роста и развития, (например, питание, сон и т.д.) - вывешивается на доску. - Сегодня мы будем говорить о важности питания для здорового роста и развития каждого из вас.</p>	<p>Видеозапись песни «Моя семья»</p> <p>Эстафетная палочка (сердце)</p> <p>Карточки со словами, карточка со словом питание закрашена в жёлтый цвет. Цель урока на листе А4</p>
--------------------------------------	---	--

Середина урока  
(20-25 минут)

**(К)** Вводное задание.

- Вспомните, какие блюда в вашей семье самые любимые.
- Как проходят семейные праздники?
- Кто из вас помогает маме готовить?
- Расскажите, как вы это делаете?
- Зачем нужно питаться? (Г) Составление правил правильного питания.

**КО** – красный стикер -- если ты проявишь творчество и ответишь на 3-4 вопроса.

**Жёлтый** -- если твои ответы будут неполными или ты ответишь на 1-2 вопроса.

**Зелёный** – если ты не будешь участвовать в обсуждении и не сможешь ответить на вопросы. (Учащиеся работают в группах, обсуждая правила питания)

1. Как называются приёмы пищи?
2. Какие должны быть порции?
3. Что полезно есть?
4. Что вредно? Время обсуждения – 3 минуты. Одна группа отвечает, остальные сигнализируют, согласны или нет. (К, И)

Просмотр видеосюжета и анализ содержания.

**КО** – в каждой ячейке таблицы должно быть по 2 слова.

Красный стикер – 0-1 ошибка.

Жёлтый – 2-3 ошибки.

Зелёный – 4-5 ошибок. -

Давайте посмотрим отрывок из мультфильма «Приключения Тани и Вани в стране продуктов».

- Какие вредные продукты питания встретили ребята?
- Знаете ли вы, какие продукты питания полезны для роста и развития детей в вашем возрасте?

	еда	напитки
полезно		
вредно		

Динамическая пауза. Я называю продукты питания или напитки. Если это полезно – ребята хлопают в ладоши, если вредно – садятся.

Фрукты, каша, кисель, фанга, чипсы, овощи, хлеб, макароны, творог, шоколад, газированные напитки.

**(К)** Работа с учебником с. 37.

Пирамида питания. - Рассмотрите пирамиду питания.

- Перечислите все изображенные группы и отдельные продукты.

- Подумайте, какие из них нужно есть больше, чаще? (зерновые, макаронные изделия, каши)

- Где они расположены в пирамиде?

- Что находится сверху? (Сладости)

- Нужно ли их есть? (Да, но в небольших количествах)

**Вывод:** на пирамиде изображены группы продуктов, которые нужно употреблять в пищу ежедневно. Чем ближе к вершине, тем меньшую порцию данных продуктов нужно съедать. Продукты в круге.

- Подумайте, почему врачи не разрешают в большом количестве употреблять продукты, изображенные в круге?

- Сладкими газированными напитками нельзя утолить жажду, потому что в них большое содержание сахара. Так же вредны и продукты быстрого приготовления.

**(И) Исследуй.** Исследование проводится индивидуально. Для этого учитель раздаёт листы с «пустыми» пирамидами питания.

- Вспомните, что вчера вы ели в течение дня

. - Определите местоположение этих продуктов на пирамиде питания.

- Какие продукты вы не внесли в пирамиду? Почему так произошло?

- Сделайте вывод, насколько полезны продукты, которые вы употребляете.

**(Д, Г)** Рабочая тетрадь с. 24, 25.

**КО** – за каждый правильный ответ – 1 балл. Если группа наберёт 3 балла, каждый из группы возьмёт красный стикер, если 2 балла – желтый, если 1 – зелёный.

1 группа(с низкой мотивацией) – с. 24, раскрасить на рисунке только полезную пищу.

2 группа (с высокой мотивацией) – с. 25, стань поваром и обведи продукты для завтрака в первый день – синим цветом, во второй день – зелёным, в

С.Н.Кузнецова, Д.Н.Сапаков,  
И.Н.Васева, А.К.Жамиева,  
М.К.Кусаинова,  
М.К.Тасбулатова. Учебник для  
1 класса «Естествознание»

Конец урока (5-10 минут)	Итог урока. - Вспомним тему нашего урока: Как правильно питаться - Повторим цель нашего урока: 1.4.2.2 определить потребности человека, необходимые для его роста и развития, (например, питание, сон и т.д.) - Какие задание помогли вам достичь целей урока?	
Рефлексия (1 минута)	Рефлексия. - Ребята, кто собрал 3 красных стикера, поднимите красный кружок - вы достигли цели нашего урока, у кого были желтые - зелёный, вы стремитесь к достижению цели и мы еще будем с вами работать.	