**Автор**: Подболячная Наталья Юрьевна
**Предмет**: Познание мира. Компонент история
**Класс**: 2 класс
**Раздел**: В здоровом теле – здоровый дух
**Тема**: Наше питание

---

| | |
|---|---|
| Цели обучения (ссылка на учебную программу): | 2.1.4.1 определять различия между здоровой и нездоровой пищей на основе различных источников |
| Цели урока: | определять различия между здоровой и нездоровой пищей на основе различных источников |
| Языковые цели: | • обсуждать о важности правильного питания и здорового образа жизни<br>• определять различие между здоровым и нездоровым питанием<br>Предметная лексика и терминология • правильное питание; • выполнение упражнений; • здоровый, красивый, быть сильным; • диета, болезнь, углеводы, овощи и фрукты; • молочные продукты: молоко, творог, масло, йогурт, кефир |
| Ожидаемый результат: | Все учащиеся смогут: определять различия между здоровой и нездоровой пищей на основе различных источников Большинство учащихся смогут: определять различия между здоровой и нездоровой пищей Некоторые учащиеся смогут: На основе пирамиды питания определять здоровую и нездоровую пищу. |
| Критерии успеха: | Все учащиеся смогут: определять различия между здоровой и нездоровой пищей на основе различных источников Большинство учащихся смогут: определять различия между здоровой и нездоровой пищей Некоторые учащиеся смогут: На основе пирамиды питания определять здоровую и нездоровую пищу. |
| Привитие ценностей: | Ценности, основанные на национальной идее «Мәңгілік ел»: казахстанский патриотизм и гражданская ответственность; уважение; сотрудничество; труд и творчество; открытость; образование в течение всей жизни. |
| Навыки использования ИКТ: | ИКТ - просмотр видеоролика, презентация урока. У учащихся планшеты для работы в паре |
| Межпредметная связь: | Реализуется межпредметная связь с уроками казахского языка, математики, музыки, художественного труда. |
| Предыдущие знания: | Продолжат пополнение знаний, полученные в 1-ом классе. Знают, что необходимо для безопасности, дисциплины, выполнения упражнений, правильного питания в школе и дома, чтобы быть здоровыми и сильными |

## Ход урока

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

| | | |
|---|---|---|
| Начало урока | I. Создание положительного эмоционального настроя Долгожданный дан звонок, Начинается урок<br>II. Введение в тему<br>-Ребята, посмотрите на картинки и назовите изображенные на них предметы. (Ответы детей.) - Назовите все это одним словом. (Продукты .)<br>- Для чего нам нужны продукты? ( Мы ими питаемся.)<br>- Значит это продукты нашего питания. А какие еще продукты питания вы можете назвать? (Ответы детей)<br>- А теперь отгадайте мои загадки, в которых пойдет речь о продуктах питания.<br>Он и черный, он и белый, А бывает подгорелый. (Хлеб.)<br>Белое, да не снег Вкусное, да не мед, От рогатой берут И ребятам дают. (Молоко)<br>Очень любят дети Холодок в пакете. Холодок, холодок Дай лизнуть тебя разок. (Мороженое)<br>Слева бантик, Справа бантик, У красотки платье – фантик. Пренарядная кокетка Шоколадная ... (конфетка.)<br>Пчелки летом потрудились, Чтоб зимой мы угостились. Открывай пошире рот, Ешь душистый, сладкий ...( мед).<br>Может разбиться, Может вариться, Если хочешь – В птицу может превратиться. (Яйцо) Как надела сто рубах, Захрустела на зубах (Капуста.)<br>На грядке длинный и зеленый, А в банке желтый и соленый (Огурец.)<br>Красная девица Сидит в темнице. А коса на улице (Морковь.)<br>- А какие продукты питания вы любите? ( Ответы детей)<br>- Как вы думаете, о чем мы будем говорить? Да, действительно, мы сегодня будем говорить о тех продуктах, которые полезны нашему организму и из чего они состоят. | Презентация учителя |
| Середина урока | III.Актуализация знаний.<br>Целеполагание Вопросы: – Подумайте, зачем мы питаемся? (Для того, чтобы жить, двигаться, для того, чтобы хорошо работали внутренние органы: сердце, печень, легкие) – Приходилось ли вам испытывать чувство голода? Что вы при этом чувствовали? (Сонливость, вялость, не желание общаться, думал только о еде, в животе бурчало, т.е. полный дискомфорт) –человек получает при употреблении пищи Питательные вещества, а какие питательные вещества человек получает с пищей, мы выясним. Чтобы это понять, мы должны узнать, из чего же состоят продукты .<br>IV. Работа по теме урока<br>Как понимаете выражение «правильное питание» обеспечивает рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствует укреплению его здоровья и профилактике его здоровья. «диета» - определенный режим питания. Работа по алгоритму с текстами 1. Внимательно прочитай информацию в тексте. 2. Выясни название группы питательных веществ и в каких продуктах они содержатся. 3. Результаты исследования занеси в таблицу. Презентация работ. Дополнение учителя о суточной норме жиры-80-90г, белки-75-90г, углеводы-300-400г, витамины-30мг, минералы-30мг,клетчатка-20-30мг,вода-до 2л<br><br>Физминутка<br><br>(П) Работа с интернет-ресурсом упражнения–<br>Прочитайте информацию в источнике и в паре выполните упражнение1 и 2<br>-Чья пара не допустила ошибок, закрасьте грушу зелёным цветом, у кого была одна-две ошибки жёлтым, у кого было три и больше ошибок красным.<br>(Г) Работа по учебнику с пирамидой питания. – Ученые предлагают распределить все необходимые для жизнедеятельности организма продукты в виде пирамиды. Ролик Пирамида питания – Рассмотрите пирамиду питания. Каких продуктов должно быть больше в вашем рационе питания, а ка¬ких - меньше? – Вспомните и заполните свою пирамиду питания , чем вы питаетесь в течение одного дня. Поделитесь в группе. | Слайд Сбалансированное питание<br><br>Планшеты https://bilimland.kz/ru/courses/poznanie-mira/organizm-cheloveka-i-uxod-za-nim/lesson/pitanie-sbalansirovannaya-dieta |

| | | |
|---|---|---|
| Конец урока | V. Обобщение - Вы сегодня хорошо поработали. Насколько хорошо вы усвоили материал, пройдем тест.<br>VI. Домашнее задание : составить меню на один день. Меню должно быть сбалансированным, рациональным и соответствовать общепринятой пирамиде здорового питания. | Планшеты https://bilimland.kz/ru/courses/poznanie-mira/organizm-cheloveka-i-uxod-za-nim/lesson/pitanie-sbalansirovannaya-dieta |
| Рефлексия | VII. Итог урока. Рефлексия<br>Одному мудрецу задали вопрос: «Что для человека важнее, богатство или слава?» Он ответил: «Ни то, ни другое, а здоровье. Здоровый нищий счастливее больного короля». А другой мудрец предупреждал: «Мы замечаем, что самое ценное для нас – это здоровье, только когда его уже нет». – Прислушайтесь к словам мудрецов и твердо запомните, что надежнее всех о своем здоровье можем позаботиться только мы сами.<br>- (Ф) Рефлексивное оценивание Чемодан-мясорубка-корзина | |