

Сценарий занятия

Учитель	Учитель начальных классов МБОУ г. Иркутска СОШ №15 Шейнкарь Ольга Тимофеевна
Класс	1 «В»
Тема	«Что надо есть, если хочешь быть здоровым.»
Цель занятия	создание условий для формирования правильного отношения к своему здоровью через понятие «здоровое питание»
Задачи	• формировать у учащихся представление о здоровье как одной из важнейших жизненных ценностей; • развивать чувство ответственности за здоровье своего организма; • убедить учащихся в необходимости и важности соблюдения режима питания; • обобщить имеющиеся знания о правильном питании как одной из составляющих здорового образа жизни; • учить детей выбирать полезные продукты для здорового, рационального питания и составлять правильный режим питания.
Тип, вид занятия	Комбинированный .Игровой,познавательный.
Планируемые результаты	<i>Предметные:</i> научатся соблюдать правила питания, культуру поведения за столом, объяснять понятия здоровая пища, вредные продукты,полезные продукты.
Универсальные учебные действия	<i>Метапредметные</i> (критерии сформированности/оценки компонентов универсальных учебных действий – УУД): Познавательные: <i>общеучебные</i> – осуществлять рефлексия способов и условий действий; <i>предметные</i> – уточнять, как нужно питаться, знать понятия: «здоровая пища», «вредные продукты», «полезные продукты», знакомиться с правилами питания; соблюдать культуру поведения за столом. Регулятивные: <i>планирование</i> – выполнять задание в соответствии с целью, отвечать на поставленный вопрос. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – строить понятные для партнера высказывания. <i>Личностные:самоопределение</i> – принимают установку на здоровый образ жизни. Межпредметные связи: литературное чтение, изобразительное искусство.
Формы и методы обучения	Формы: фронтальная, работа в группах. Методы: словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, игровой

Основное содержание темы, понятия.	Правила питания; умеренность и разнообразие в питании; полезные и вредные продукты питания
Образовательные ресурсы	Компьютер, мультимедийный проектор, презентация по теме занятия.
Оборудование	Муляжи и иллюстрации: фрукты, ягоды и овощи, крупы, молочные продукты, колосья зерновых, соки, орехи, изюм, растительное масло, продуктов питания; загадки и картинки про продукты питания; детские кухонные принадлежности и посуда.

Этап (элемент) урока	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся
I этап. Организационный момент. Цель — активизация учащихся, создание положительного настроения детей на работу.	- Ребята, сегодня у нас очередное занятие по внеурочной деятельности о правильном питании. Давайте проговорим девиз наших занятий: - «Сам себе я помогу и здоровье сберегу!»	Настраиваются на рабочее настроение.
II этап. Актуализация знаний. Цели: подведение детей к формулированию темы и постановке задач урока.	1. Формулирование темы урока, постановка цели (звучит песня «Сладкоежка» слова и музыка А. Петряшевой. - Ребята, я была на концерте детских песен, где дети исполняли свои произведения. И сегодня на занятия я пригласила их к нам. Мы поговорим об одной из важных составляющих здоровья человека. Они расскажут нам о себе, о своих творческих успехах. Входят дети. (они бледные, имеют болезненный вид). - Ребята, что с вами случилось? Девочка: - Мама говорит: «Завтрак на столе, есть уже пора !»,	Слушают песню, рассказы «гостей» и отвечают на вопрос учителя. <i>Ответы детей (неправильно питались, вели неправильный образ жизни)</i> Формулируют тему, определяют задачи урока

	Но не нужно мне каши. Если шоколад – это хорошо, А когда один салат – плохо. Не люблю творог, а люблю пирог С шоколадным сладким кремом. Если с мёдом он – это хорошо. А когда наоборот – плохо. <i>(кричит)</i> Ой! Ой-ой-ой! Что со мной? Все болит! <i>Мальчик:</i> У меня ухудшилось здоровье. Болит голова, в глазах звездочки, тело вялое, живот болит. Мама говорит, что мне нужно правильно питаться. И вот я составил себе меню на обед. Меню: торт с лимонадом, чипсы, варенье, Пепси -кола и Чупа-чупс. Это моя любимая еда! Я скоро поправлюсь и буду здоров! Учитель обращается ко всем детям: Что случилось с нашими гостями? -Как вы думаете, о чем пойдет разговор сегодня на занятии? - Определите задачи нашего занятия. -Как их можно достичь?	
III этап. Изучение нового материала. Цели: выявление у обучающихся новых знаний, развитие умения находить ответы на проблемные вопросы, подведение детей к самостоятельному выводу способа действия с информацией	А) Выявление первичных знаний Сегодня на занятии мы расскажем нашим гостям Как правильно питаться, какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку каждый день. Одному ученому принадлежали мудрые слова: «Мы едим для того, чтобы жить, а не живем для того, чтобы есть». - Нашему организму нужно много разных питательных веществ, которые не могут быть вместе в одном продукте, а находятся в разных продуктах питания.	Отвечают на вопросы в режиме обсуждения. Одни продукты дают организму

	- Назовите, какие продукты необходимы человеку для его развития? Б) Сообщение основных знаний - Для здорового рациона нужно правильно распределить белки, жиры и углеводы на приемы пищи в течение дня. 1. В первой половине дня (завтрак, перекус, обед) едим углеводы с небольшим добавлением белков и жиров. То есть крупы, бобовые, злаки, зерновые, фрукты и сладости. 2. Во второй половине дня вступают белки и клетчатка. Это нежирное мясо и рыба, молочная продукция, овощи. 3. На каждый прием пищи должна приходиться небольшая доля жиров. -Поэтому каждый человек должен кушать 4 раза в день (завтрак обед, полдник, ужин). ПРЕЗЕНТАЦИЯ. «Режим питания».	энергию – для того чтобы двигаться, хорошо думать и не уставать (мёд, гречка, геркулес, изюм, масло). Другие помогают строить организм и делать его более сильным (творог, рыба, мясо, яйца, орехи). А третьи – фрукты и овощи – содержат много витаминов и минеральных веществ, которые помогают организму расти и развиваться (ягоды, зелень, капуста, морковь, бананы). Отвечают на вопросы в режиме обсуждения. Рассматривают слайд и перечисляют продукты для каждого режима питания.
IV этап. Закрепление изученного. Цель: освоение способа действия с полученными знаниями в практической деятельности	Групповая работа 1 группа «Хозяюшки» - девочки. У девочек стол с посудой и муляжи и иллюстрации продуктов. Задание- составить меню на день из полезных продуктов, рассказать о сервировки стола . 2 группа « Светофор желаний»-мальчики. Динамическая игра :«Поезд» Задание - Представленные карточки, с изображением полезных и вредных продуктов, разложить по цветам: ЗЕЛЕНый- можно есть продукты каждый день ЖЕЛтый-эти продукты можно употреблять в пищу,но редко;	Дети рассказывают о правильной сервировки стола и выбирают полезные продукты для составления меню на один день. Из представленных карточек с изображением полезных и вредных продуктов дети отбирают карточки с полезными продуктами и приклеивают их на зеленые «тарелки», карточки с вредными

	КРАСНЫЙ- эти продукты лучше совсем не употреблять в пищу Обсуждение работ. Групповая работа-Создать проект-МЕНЮ на 1 день для наших гостей (у детей листыбумаги, карандаши ,наклейки с продуктами питания)	продуктами приклеивают на красные «тарелки». Представляют свои работы. Обсуждают работы своих товарищей.
V. Итог занятия. Рефлексия деятельности. Цели: соотнесение поставленных задач с достигнутым результатом, фиксация нового знания,постановка дальнейших целей	- Какие полезные советы вы дадите нашимгостям , своим родным и знакомым по поводу правильного питания? -Какие продукты порекомендуете включать в свой рацион? - Позвольте мне вместе с вами закончить наше занятие словами: Я хочу быть здоровым! Я могу быть здоровым! Я буду здоровым! - Вам, дорогие ребята, мне остаётся пожелать: «Будьте здоровы, старайтесь питаться правильно!»	Размышляют и отвечают на вопросы. Вместе с учителем декламируют слова . Определяют своё эмоциональное состояние на уроке. (зеленый-все понятно, желтый-остались вопросы, красный-не понятна тема)