**Учитель: Агаджан Е.А.**

**Тема:** Путешествие по улице правильного питания.

**Цели:** Сформировать у детей культуру питания, как составляющую здорового образа жизни.

**Задачи**:

Создать условия для формирования нужного объема знаний, представлений о здоровом питании; развивать у детей внимательное отношение к своему здоровью;

Учить планировать свои действия с поставленной задачей, вносить необходимые коррективы в собственные действия в сотрудничестве содноклассниками; вырабатывать внимательное отношение к здоровому питанию, как к одной из ценностей повседневной жизни;

Продолжить работу над умением детей строить высказывания, владеть диалогической формой коммуникации.

Учить воспринимать информацию, полученную путем наблюдений, делать выводы.

**Планируемые результаты**:

**Личностные:**

 Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

**Предметные**:

Изучать свойства продуктов питания.

Учить выбирать полезные продукты для здорового питания, избегать пищевых отравлений.

**Метапредметные**:

Определять и формулировать цель деятельности на занятии.

 Анализировать полученную информацию.

Ход урока

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы урока | Деятельность учителя | Деятельность учащихся |
| **1. Орг момент** | -Человеку нужно есть,Чтобы встать и чтобы сесть,Чтобы прыгать, кувыркаться,Песни петь, дружить, смеяться,Чтоб расти и развиватьсяИ при этом не болеть,Нужно правильно питатьсяС самых малых лет уметь.**-**      Ребята, сегодня я вас приглашаю отправиться в путешествие по улице Правильного питания, в конце пути вас будет ждать сюрприз.**-** В этом городе особые правила узнайте, запомните их и расскажите об этом Доктору Айболиту |  |
| **2. Вводное слово учителя** | **-** Доктор Айболит предлагает отправиться в город либо на машине, либо на велосипедах. Подумайте, что полезней для здоровья и решите на чем поедете. - Едем на улицу « Режим питания» | Дети обсуждают в парах и принимают решение, что «полезный» для здоровья -велосипед.  |
| **3.Основная часть****Обобщение** | А теперь я буду говорить предложения, а вы их продолжайте.• Перед едой надо ……мыть руки.• Разговаривать во время еды…..Смотреть телевизор во время еды…..• Есть нужно….. • Пищу тщательно …….-Сколько раз в день человек должен есть? - Какое же правило мы должны запомнить? **-** Переезжаем на улицу « Полезные и вредные продукты»**- Пришло** письмо от Карлсона:*Здравствуйте, друзья! Свое письмо я пишу из больницы. У меня ухудшилось здоровье, болит голова, в глазах звездочки, все тело вялое. Доктор говорит, что мне нужно правильно питаться. Я составил себе меню на обед: торт с лимонадом, чипсы, варенье и пепси-кола. Это моя любимая еда. Наверное, скоро я буду здоров.**Ваш Карлсон.*-Ребята, верно ли Карлсон составил меню? Сейчас мы идем в магазин и выберем продукты для него.- Мы выбрали самые полезные продукты. А сейчас разложим остальные продукты на две тарелки: на желтую - полезные продукты, используемые достаточно часто, на красную - продукты, присутствующие на столе редко.Улица «Витаминная». В полезных продуктах питания много различных необходимых нашему организму витаминов и других полезных веществ. Без витаминов человек болеет, плохо учится. Вы часто наблюдали за собой, что иногда у вас появляется сонливость, плохое настроение, вы часто болеете – все это может быть причиной нехватки витаминов в вашем организме. Поэтому без витаминов человеку не обойтись.- Айболит вам приготовил загадки. Берёте из корзинки карточку, читаете загадку, отгадываем, проверяем (отгадка на обратной стороне карточки).В огороде вырастаю,А когда я созреваю, Варят из меня томат,В щи кладут и так едят. (Помидор)На грядке зелёный,А в бочке солёный. (Огурец)Любопытный красный носПо макушку в землю врос.Лишь торчат на грядкеЗелёные пятки. (Морковь)Сидит ЕрмошкаНа одной ножке,На нём сто одёжекИ все без застёжек. (Капуста)Как слива, темна,Как репа, кругла.На грядке силу копила,К хозяйке в борщ угодила. (Свёкла)Круглое, румяноеЯ расту на ветке.Любят меня взрослыеИ маленькие детки. (Яблоко)Я вырос грядке,Характер мой гадкий:Куда ни приду, всех до слёз доведу. (Лук)Круглый, круглый, сладкий, сладкий,С полосатой кожей гладкой,А разрежешь – посмотри:Красный, красный он внутри. (Арбуз)Красная девица,Каменное сердце. (Вишня)Птица есть еще такая,Называют также – … (Киви)-Какое правило расскажем Айболиту?-Переезжаем на улицу «Полезные продукты»--Молоко, творог, сметана, кефир, рыба, мясо, сливочное масло дают организму силу; помогают расти, укрепляют кости, зубы.**Игра-физкультминутка «Полезно – вредно»**(Если на экране изображение полезной еды, вы хлопаете в ладоши, если вредной – подпрыгиваете.)Айболиту будет интересно знать, пополнили ли вы свои знания о правильном питании, готовы ли следовать данным правилам в дальнейшем?**Питание должно быть разнообразным.****Питание должно быть полезным****Нужно питаться примерно в одно и то же.****Нужно есть умеренно, т.е в меру, не объедаться** | Ответы детей(неторопливо, неспеша).( ребенку следует питаться 4 – 5 раз в день; взрослому 3 – 4 раза) **Нужно питаться примерно в одно и то же, умеренно и разнообразно.**Ответы детейДети *складывают в корзину картинки с изображением различных продуктов.*Дети раскладывают карточки по тарелкамДети выполняют и отгадываютОвощи и фрукты помогают расти здоровыми и справляться с болезнями.ФизминуткаДети читают и повторяют вслух |
| **Творческая работа****Итог** | Вам предстоит продолжить сказку:"Жил - был один сказочный король. У него была дочь. Она любила только сладкое. И с нею случилась беда".Какая беда могла случиться с принцессой?Посоветуйте королю, как можно вылечить принцессу.Доктору Айболиту очень понравилось наше занятие и то, как вы работали сегодня. Он решил угостить вас самым полезным фруктом.Какой фрукт самый полезный в мире?-Я желаю вам ребятаБыть здоровыми всегда.Но добиться результатаНевозможно без труда.Я открыла вам секретыВыполняйте все советыИ легко вам будет жить. | **Работа в группах****Ответы детей** |