Ильина Ольга Васильевна

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

Средняя общеобразовательная школа №93

Пушкинского района города Санкт-Петербурга

Учитель начальной школы

**Почему нужно есть много овощей и фруктов**

Цель: Уметь различать овощи и фрукты, определять роль витаминов в жизнедеятельности организма, запомнить правила гигиены при употреблении овощей и фруктов

Задачи: Формирование целостной картины мира и осознание в нем своего места, формирование модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни в различных ситуациях, формирование психологической культуры.

Планируемые результаты:

Предметные: понимание учебной задачи и стремление её выполнить; освоение основ экологической грамотности; норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде.

Метапредметные: овладение способностью принимать сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления; готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность конструктивно разрешать конфликты.

Личностные: Заинтересованность в приобретении и расширении знаний; творческий подход к выполнению заданий; навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Тип урока: урок - игра

Оборудование: интерактивная доска, иллюстрации с изображением овощей и фруктов, муляжи овощей и фруктов, светофор, фишки в конвертах, цветные карандаши, учебники, ручки, индивидуальные линейки с изображение светофора.

Ход урока

I.Организационный момент

II.Актуализация знаний

- Зачем ночью нужно спать?

-\_Как нужно готовиться ко сну?

-Люди каких профессий ночью не спят?

III.Самоопределение к деятельности

(На столе учителя корзинка с муляжами овощей и фруктов)

-Муравьишка принес целую корзину овощей и фруктов. Кто сможет разобраться, где здесь фрукты, а где овощи?

-А для чего Муравьишке так много овощей и фруктов ?(они полезны, в них много витаминов.)

-А что такое витамины?

(Учащиеся отвечают, но точного ответа дать не могут)

- Как вы думаете, что мы сегодня будем делать на уроке? Прочитайте тему урока в учебнике.(Почему нужно есть много овощей и фруктов)

-Прочитайте, какие учебные задачи мы поставим перед собой.

IY.Работа по теме урока. (Используется интерактивная доска)

- Вместе с корзиной Муравьишка принес и загадки. Отгадайте их.

(Ученик читает загадку, а отгадку показывает другой ученик на интерактивной доске в виде овощей и фруктов.)

Зеленая толстуха

Надела уйму юбок.

Из листьев пелерина.(Капуста)

Прежде чем мы его съели,

Все наплакаться успели. (Лук)

Он круглый и красный,

Как глаз светофора.

На грядке нет сочнее (помидора)

Что красно снаружи,

Бело внутри

С зеленым хохолком на голове (Редис)

Летом - в огороде,

Свежие, зелёные,

А зимою - в бочке,

Крепкие, соленые. (Огурец)

-Желтый, круглый, ты откуда?

-Прямо, с солнечного юга.

Сам на солнышко похож.

Можешь съесть меня, но только

Раздели сперва на дольки.

Как меня ты назовешь? (Апельсин)

Само с кулачок,

Красно-желтый бочок.

Тронешь пальцем – гладко,

А откусишь – сладко. (Яблоко)

-Отгадайте ребус АНА (Ананас)

С

-Ребята, как вы отличаете овощи от фруктов? Рассмотрите рисунки на странице учебника. Отметьте овощи зелёными фишками, а фрукты – красными. Проверьте себя, найдите правильные ответы на с. 89. Все ли фишки положили правильно? Кто ошибся? Какой овощ или фрукт определили неправильно?

V. Физминутка

Руки на пояс поставьте вначале,

Влево и вправо качайте плечами.

Вы дотянитесь мизинцем до пятки.

Если сумели, то в полном порядке!

VI. Продолжение работы по теме урока.

1.Беседа, работа по учебнику. Работа в группах.

А) Знакомство с братьями- витаминами. Чтение о пользе витаминов на с.54-55

-В каких продуктах они содержатся? (Заслушивается выступление всех групп)

-Ребята, а вы любите морковку?

-\_Какой витамин есть в морковке?

-А если вы будете употреблять в пищу только все фрукты и овощи с витамином А, что будет?

-Какой мы сделаем вывод?

(Нужно есть все овощи и фрукты, потому что в них разные витамины)

-Перед тем как есть фрукты или овощи , что мы должны сделать? Прочитайте правило нас. 55

VII. Выполнение заданий в рабочей тетради

Работа в парах.

№ 1 С.36

-Назовите овощи и фрукты, которые выращивают в нашей местности.

Отметьте их зелёным карандашом, а красным карандашом – то, что привозят из жарких стран.

№2 с.36-37

-Что варит Черепаха? Муравьишка?

-Нужно помочь им. Подскажите из чего можно сварить борщ и компот.

-Выполните задание.

№3 с.37

-Рассмотрите рисунки. Какие фрукты и овощи на них изображены? Раскрасьте рисунки.

Проверка.

3. Творческая работа.

-Рассмотрите рисунок на с.55 учебника. Придумайте по нему сказку. Сначала свою историю ребята рассказывают потихоньку своему соседу по парте.

VII.Рефлексия.

Игра «Угадай овощ или фрукт»

(Ученик с закрытыми глазами берет муляж овоща или фрукта и угадывает, что это)

-Оцените свои достижения на уроке.

VII. Итог урока.

-Какие у нас были задачи на уроке? Вы научились различать овощи и фрукты?

-Где их выращивают?

-Почему надо много есть овощей и фруктов?

-Что надо сделать, прежде чем есть овощи и фрукты?