

Часть 1 «Разговор о здоровом и правильном питании»

Тема «Самые полезные продукты»

Занятие 1

Цель: дать представление о том, какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку каждый день.

Задачи:

- научить детей выбирать самые полезные продукты,
- ориентироваться в месте выбора определенных видов продуктов,
- объяснить необходимость употребления различных групп продуктов в ежедневном рационе.

Ход занятия

Слайд 1 (2-3 мин)

Слайд 2

1. Знакомство с темой занятия.

Дима и Катя – главные герои программы получили от мамы задание купить в магазине полезные продукты для перекуса после школы. Каждый из них получил 300 рублей. Что же можно купить на них?

Слайд 3

- В магазине так много разных отделов и продуктов! Какие из них самые полезные?
- Что же выбрать?

Слайд 4 - 5 (5 минут)

Вариант 1

Дима и Катя выбрали вот такие продукты..

Согласны ли вы с выбором ребят? Почему?

Вариант 2(для интерактивной доски)

- как вы думаете, какие продукты выбрали Дима и Катя?

Сюжетно-ролевая игра «Мы идем в магазин» (5-7 минут)

- А какие продукты выбрали бы вы?

Выбираются продавцы, покупатели.

На картинках (или карточках) продуктов указана цена. Учащиеся выбирают продукты на нужную сумму, затем объясняют свой выбор.

Анализируется выбор ребят.

Слайд 6 - 7 (3-5 минут)

В городах сегодня можно встретить много разных магазинов. Есть большие супермаркеты, в которых собраны разные виды продуктов, а есть специализированные магазины. Как правильно выбрать отдел в большом магазине или сам магазин?

Вариант 1

Дети называют отделы и магазины, в которых продаются те или иные товары. На слайде появляются названия.

Вариант 2 (для интерактивной доски)

Подписать название отдела, перетянув надпись к картинке.

Рассказ учителя об отделах магазина, не присутствующих на слайде (бакалея, замороженные продукты и т.д.)

Слайд 8 Вариант 1 (7-10 мин)

Продукты зеленого стола.

Работа с тетрадью стр.9-11

Краткая справка учителя о продуктах, которые необходимо употреблять каждый день.

Дети на картинке магазина ставят зеленые кружки около этих продуктов.

Повторяются отделы магазина, в котором можно приобрести эти продукты.

Слайд 9

Продукты желтого стола.

Эти продукты тоже необходимы для нашего организма, но употреблять в пищу их достаточно 2-3 раза в неделю, либо ежедневно в небольших количествах.

Дети ставят желтые кружки около необходимых продуктов.

Слайд 10

Продукты красного стола.

Но ведь много других продуктов в магазинах. Что же мы можем позволить себе, но не часто? Почему?

Игра-соревнование «Разложи продукты на разные столы». (5 минут)

Учащиеся делятся на три команды с помощью жеребьевки. Затем с общего стола выбирают карточки или картинки продуктов, которые относятся к данной группе.

Объясняют свой выбор.

Вариант 2 (если нет тетради) (5-7 минут)

Слайды 6-8 обсуждаются с детьми.

Далее проводится игра.

Слайд 11 - 12 Закрепление изученного материала.

Вариант 1

Детям раздаются индивидуальные (на группу) кроссворды. Проверка – на слайде появляются слова.

Вариант 2 (для интерактивной доски)

Выполнив индивидуально задание, ребята записывают слова в клеточки.

Работу можно провести фронтально.

Слайд 13. Рефлексия. (5-7 минут)

Динамическая игра «Поезд»

Выбирается водящий – «светофор». У него в руках три кружка: зеленый, желтый, красный. Дети получают картинку (карточку) с продуктом и выстраиваются паровозиком. Отправляются в «путешествие». Ведущий дает команду остановиться и показывает один из трех кружков. Те ребята, у кого продукты относятся к этому столу выходят из поезда и объясняют, почему этот продукт относится к данному столу. Для закрепления игру можно повторить несколько раз. Ведущего можно поменять.