

## Урок по естествознанию в 1 классе

Тема урока:		<b>Как правильно питаться</b>
Цели обучения, которые достигаются на данном уроке (ссылка на учебную программу):		
1.2.3.3 определять потребности человека, необходимые для его роста и развития		
Цели урока:	определить потребности человека, необходимые для его роста и развития; объяснить необходимость изучения явлений, процессов и объектов окружающего мира.	
Критерии успеха	Учащиеся поймут, какие продукты полезны, какие блюда можно приготовить из них. Учащиеся познакомятся с правилами правильного питания. Учащиеся узнают названия блюд национальной кухни Казахстана.	
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.	
Межпредметные связи	Взаимосвязь с предметами: самопознание, познание мира, естествознание, музыка, математика	
Навыки использования ИКТ	На данном уроке учащиеся не используют ИКТ	
Предварительные знания		
Ход урока		
Этапы урока	Запланированная деятельность на уроке	Ресурсы
Начало урока	<p>Здравствуйте, дорогие гости, коллеги, ребята! Я говорю вам «здравствуйте», а это значит, что я желаю вам всем здоровья. Ребята, скажите, как звучит «здравствуйте» на казахском и английском языке? Салеметсезбе. Хелуу.</p> <p><b>Ребята, сегодня нам принесли письмо от Карлсона: Я вам его прочитаю.</b> 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.</p> <p>- Ребята, верно ли Карлсон составил меню? - Ребята, скажите, а можно ли всегда питаться только один вареньем или только сладким? - Почему? (портятся зубы, снижается аппетит, набирается вес ) - А мы хотим быть такими, как Карлсон? - Что мы должны делать, чтобы не стать такими, как Карлсон? - Вы догадались, о чем сегодня мы будем говорить на</p>	<p>Слайд 1 титул</p> <p>Слайд 2</p> <p>Слайд 3</p> <p>Слайд 4</p>

	<p>уроке?  <b>- Сегодня на уроке мы с вами познакомимся с тем, как питаться правильно. Цель нашего урока научиться выбирать полезные продукты. И мы научим этому Карлсона .</b>  Ученик: Человеку нужно есть,  Чтобы встать и чтобы сесть,  Чтобы прыгать, кувыраться,  Песни петь, дружить, смеяться.  Чтоб расти и развиваться  И при этом не болеть,  Нужно правильно питаться  С самых юных лет уметь.  Учитель: Эти стихи не шутка, а правда. Вы тоже с юных лет учитесь, как нужно правильно питаться. А для правильного питания нужны ... (полезные продукты).  <b>А сейчас мы узнаем, что известно вам о полезных продуктах?</b>  <b>Перед вами на партах лежат картинки разных продуктов. Работа в паре: Один из вас выбирает полезные, а другой вредные продукты. (Кто справится с заданием сядет красиво и поднимет руку)</b>  Давайте проверим нашу работу. Что у вас получилось?  У некоторых ребят оказались разные мнения. Перед нами возникла проблема, какие продукты на самом деле можно отнести к полезным, а какие к вредным?  <b>Чтобы попробовать решить эту проблему посмотрим видео ролик про полезные продукты.</b>   <b>Что нового было для вас?</b>   <b>Работа по учебнику</b>  <b>Чтобы лучше понять, что такое пирамида здорового питания, мы откроем учебник на стр 37 и рассмотрим её.</b>  <b>Что находится у основания пирамиды?</b>  <b>Еще выше?</b>  <b>А затем? А на самой вершине пирамиды?</b>  <b>Чем полезны все эти продукты?</b>   <b>Послушаем сообщения, которые подготовили ребята.</b>  Одни продукты питания помогают человеку расти, например, (Зерновые, макаронные изделия, каши и хлеб черный), другие придают много сил и бодрости это фрукты и овощи.  В среднем взрослый человек за год должен съесть 180 кг овощей и фруктов. Каждый день на нашем столе должны быть обязательно овощи и фрукты.  Мясо, рыба, птица и молочные и морепродукты усиливают защитные силы организма, помогают бороться с болезнями.  На вершине пирамиды здорового питания – соль, сахар</p>	<p>Слайд 4</p> <p>Ролик  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=xhPSJUz7uNQ">https://www.youtube.com/watch?v=xhPSJUz7uNQ</a></p> <p>Слайд 5</p>
--	---	---

и сладости.  
Как мало им отводится места! Так же мало их должно быть, и в нашем рационе. Они очень вредны для нашего здоровья.



А вот теперь, давайте, точно определим, какие продукты являются для нас полезными, а какие вредными? Все продукты поместим в пирамиду, распределяя по ступеням. **Критерий оценивания один – правильно распределить рисунки в пирамиде.**

**Работаем в парах. Проверяем.** Карлсону тоже стало интересно.

Правильно ли мы распределили все продукты?

Что у нас оказалось на первой ступени?

(Хлеб, крупа, макароны) На следующей ступени?

(Яблоко, огурец и капуста) Далее... (Рыба, молоко и курица) И на самом верху ( Конфеты, консервы, сосиски)

**Проверьте по образцу.**

Кто все картинки разложил именно так, просигнальте светофором. Кто допустил ошибку, просигнальте тоже.

**Молодцы.**

**Физминутка Все встали, немного отдохнем. Игра на внимание.**

– **Я буду называть продукты. Если они полезные – хлопайте в ладоши, если они вредные топайте ногами**

Чипсы, молоко, сыр, сосиски, творог, копчёная еда, капуста, жвачка, лук, конфеты, жареный картофель, чупа-чупсы, каша, хот-дог, морковь.

Молодцы, ребята. Тихо садитесь за парту

**Вернемся к учебнику.**

Какие продукты изображены в круге? Как часто можно пить газированные напитки и есть продукты быстрого приготовления, например гамбургеры?

А почему? (в них содержится много сахара, соли и жира или много углекислого газа)

**А сейчас я вам покажу опыт «Кока кола и конфета»**

**Мы увидим, что произойдет, если мы поместим в Кока колу конфету. Смотрите.**

Проверка по образцу  
Результат вывешиваем на доску.

Демонстрация опыта.

	<p><b>И такая реакция может произойти в желудке или во рту!</b>  <b>- Как вы думаете, полезна ли будет такая реакция для нашего здоровья? Какой можно сделать вывод? А какими напитками можно заменить Кока колу без вреда для здоровья?</b>  <b>Прочитаем в учебнике.</b>  <b>Знаешь ли ты?</b>  Очень полезным является свежее только что надоенное молоко кобылы. В Казахстане такой напиток называется саумал.  <b>Ребята приготовили сообщения об одной из главных традиций казахского народа.</b>  Казахстан — многонациональная страна. И каждого народа есть свои традиции.  Например, гостеприимство — одна из традиций казахского народа. Издревле для казаха считалось священным долгом встретить гостя, даже если это был незнакомец, накормить, напоить его, а уже потом задавать вопросы, откуда он и зачем пожаловал. Почтительное отношение к гостю воспитывается и в наше время в каждом казахе с раннего детства. И очень часто, встречая гостей, семья накрывает дастархан.  <b>Что такое «дастархан»?</b>  «Собирается ли ваша семья за большим столом? Какие блюда казахской национальной кухни вы знаете?»  <b>Давайте познакомим с ними Карлсона.</b> Попробуем догадаться, какие слова здесь зашифрованы.  Бесбармак (бар – бес –мак), кумыс (мыс-ку), бауырсак (сак- бау- ыр)  Названия основных блюд: бесбармак, баурсаки, казы, шужык, кумыс.  Обратите внимание на блюда.  Какие из них вам знакомы? Перечисли блюда на рисунке.  Для правильного питания нужно уметь выбрать полезные продукты, и еще.... что еще очень важно знать?  Об этом прочитаем в учебнике стр.36 под рисунком. Запомнили?  Хорошо. Закрываем учебник. Откроем рабочую тетрадь.  <b>Работа в тетради. Стр. 24.</b>  Нам нужно выполнить задание. Помогите бабушке.  <b>Раскрась только полезную пищу.</b>  <b>Критерий оценивания один- раскрасить полезные блюда и продукты. Работаем индивидуально.</b>  <b>Взаимопроверка.</b>  <b>А теперь обменяйтесь тетрадями и проверьте и оцените работу своего соседа.</b>  <b>Проверяем. Вы раскрасили: фрукты, масло,</b></p>	<p>Работа с картинками</p> <p>Слайд 6  Слайд 7  Слайд 8</p> <p>Слайд 9</p> <p>Слайд 10</p>
--	--	--

	<p><b>баурсаки, печенье, сок, сыр, кумыс.</b>  <b>Если ошибок нет, внизу под рисунком поставьте зеленую точку. Если есть ошибки, поставьте красную точку.</b>  <b>Обменяйтесь тетрадями.</b>  <b>Кто выполнил работу правильно?</b>  <b>Кто ошибся? Хорошо.</b>  <b>Молодцы, вы хорошо справились с заданием.</b></p> <p>Вот так может выглядеть наша тарелка.</p> <p>Давайте вспомним про Карлсона. Он,наверное, до сих пор болеет.  Какой совет мы можем дать Карлсону?  -Карлсон, мы тебе советуем выбирать для себя только полезные продукты, и тогда ты никогда не будешь болеть.  – Что нового узнали на уроке?  -Чему научились....</p> <p><b>Рефлексия.</b> Мы можем помочь Карлсону выздороветь. Ребята, у вас на партах лежат различные продукты. Выберите, пожалуйста, полезные продукты, которые можно есть Карлсону и положите их в корзину. Вот какой замечательный подарок получился!  – Молодцы, ребята вы сами научились и научили Карлсона выбирать полезные продукты для правильного питания. Какой мы можем сделать вывод?  <b>Вывод:</b> Если хочешь вырасти сильным, здоровым, умным и красивым, нужно есть полезные продукты. Теперь и Карлсон знает, как нужно питаться правильно. Молодцы, ребята!  – И в заключение нашего урока мы хотели бы угостить наших дорогих гостей бауырсаками, которые с любовью испекли наши мамы. Угощайтесь, пожалуйста.</p> <p><b>Дополнительно.</b>  <b>Помогайте мне.</b>  Чтобы быть всегда здоровым,  Бодрым, стройным и веселым,  Дать совет я вам готов,  Как прожить без ... (докторов).  Надо кушать помидоры,  Фрукты, овощи, лимоны,  Кашу – утром, суп – в ... (обед),  А на ужин – ... (винегрет).  Надо спортом заниматься,  Умываться, закаляться,  Лыжным бегом заниматься  И почаще... (улыбаться).  Ну а если свой обед  Ты начнешь с кулька ... (конфет),</p>	<p>Слайд 11</p> <p>Слайд 12</p> <p>Слайд 13</p> <p>Слайд 14</p> <p>Слайд 15</p>
--	---	---

	<p>Жвачкой импортной закусишь, Шоколадкой подсластишь, А потом на целый вечер К телевизору засядешь И посмотришь по порядку Сериалов череду, То тогда наверняка Ваши спутники всегда – Близорукость, бледный вид И неважный ... (аппетит).</p>	
--	--	--