Тема: Наше питание.

Цель: создать педагогические условия для формирования у учащихся знаний о необходимых организму питательных веществах; выявить опытным путем наличие примесей (крахмала) в молоке и молочной продукции.

Ход урока.

1. **Организационный момент.**

***«Мои ожидания» ( рефлексия в начале урока)***

- Возьмитесь за руки, улыбнитесь друг другу. Что вы ожидаете от сегодняшнего урока? Я надеюсь, что ваши ожидания исполнятся, а насколько - посмотрим в конце урока *(получить новые знания, справиться со всеми заданиями, помочь своему товарищу и т.д.)*

- Ребята, а выберите любой цвет (ребята занимают место в группе, свой выбор ) Игра «Найди свой цвет» - желтый (белки), красный (витамины), белый ( углеводы), голубой (жиры).

- По цветовой гамме вы разделись на группы, займите свои места ( фигуры разрезаны, как пазл, в конце они должны их собрать)

**2. Определение темы урок.**

**- Ребята, когда я готовилась к уроку. Я обратилась к мед. работнику школы и спросила, есть ли у нас детки, которые чаще всего обращаются за мед .помощью.**

**- Сегодня на урок я пригласила ребят из 1- в класса.**

**-- Предлагаю посмотреть видео. Обсуждение.**

- Ребята, как вы думаете, почему у Арины заболел живот? Ваши предположения **( много съела, некачественный продукт, другие причины) –** *записать на доске*

**- Скажите, пожалуйста, для чего человек питается? (Ответы детей.)**

- Верно. Без еды человек долго прожить не может, это известно всем. Любое движение нуждается в топливе. Автомобилям необходим бензин. Растениям - почва, вода и солнечный свет. Для нас топливом является еда, она дает нам энергию для жизни.

-  **Есть такая пословица «Полезно все, что в рот полезло».** Вы с этим согласны? (Нужно выбирать пищу, чтобы быть здоровым, красивым и сильным)

- Но как, же понять, полез продукт или нет?

**Поиск выхода из проблемной ситуации**

- С пищей человек получает необходимые организму питательные вещества.

- Хотите узнать, что это за питательные вещества(производители на упаковках пишут это, как пищевая ценность) ?

- Когда ученые делают открытия. Они работают в команде. - А как вы понимаете смысл пословицы: « Одна голова хорошо, а две лучше»? ( ответы)

- Я вас правильно поняла, два человека смогут лучше и быстрее решить какую-то проблему, иногда сам не видишь выхода, а другой человек легко подскажет тебе решение.

И я вам предлагаю поработать в команде.

- У вас у каждого на столе лежит задание №1, и чтобы у вас открытие получилось, вы будите следовать инструкции.

-( Инструкция- *четко проговорить*) Обратите внимание на слова в задании № 1: **собери,** **приклей, выбери, дополни. Будьте внимательнее при выполнении работы**

**Практическая работа ( работа в группах)**

( ребята возвращаются к цветам, по которым разбивались на группы. Они собирают слова с обратной стороны: белки, жиры, углеводы, витамины – знакомятся с информацией, отвечают на вопросы)

**Выполняете задание №1.**

**( проверка)**

- Ребята, какое открытие, вы сделали в группе? ( выслушать каждую группу, в конце выступлений, на доске появился проект,

жиры

белки

углеводы

В

- По данной схеме( кластер ) сформулируйте вывод ( нашему организму необходимы продукты содержащие Б, Ж, У, В. Наша пища должна быть полезной и разнообразной) .

- Сформулируйте Тему урока: «Наше питание» (написать на доске).

- Я попросила Арину, принести марку тех продуктом, которые она употребляет на завтрак( ***идеальная этикетка*** молока, сметаны, творог …)

- Содержат ли данные продукты питательные вещества? ***( анализ этикеток через документ камеру)***  (на завтрак она употребила полезные продукты в состав которых входят питательные вещества: У, Ж, Б, все, что необходимо нашему растущему организму).

- Продукты полезны. Вопрос, тогда какова причина ее болезни, если, как утверждает Арина, что она именно после употребления данных продуктов, у ней заболел живот? (предположения детей- гипотеза )

- Я вас правильно поняла, что не все полезные продукты могут быть свежими, натуральными и качественными? ( записать на доске – свежесть, качество, натуральность).

- **-**- Сегодня к нам на урок пришел специалист из Роспотребнадзора, который занимается проверкой качества товаров, а также соответсвие их определенным нормам.

- Спасибо Людмила Леонидовна.

-Я почти всегда «на слово» верю тому, что написано на этикетке пищевой продукции.

-А Всегда ли мы уверены в качестве продуктов, которые покупаем? Возможны ли в продуктах примеси, не заявленные производителем? ( да\нет, мнения разделились) –

- Тогда если **да *: проверим****,* ***если нет: докажем.***

-Перед началом нашего исследования, давайте вспомним и покажем первоклассникам, как определить крахмал в продукте( пригласить ребенка для эксперимента с картошкой, часть картофеля посинела, это доказывает о наличие крахмала)

**- Крахмал- это вещество группы углеводов. Крахмал бывает природный входит в состав бобов, орехов, овощей. И рафинированный, виде белого порошка, полученный промышленным путем.**

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №2 .**

- Ребята, я предлагаю Вам провести исследование на качество, натуральность и свежесть продуктов.

- А вы любите мороженное. Я тоже его люблю. Я принесла марки своего любимого мороженного и мне бы очень хотелось, чтобы вы, помогли мне его протестировать. Поможете?

**- Перед тем как вам выполнить задание, внимательно прочитайте инструкцию, обменяйтесь своими знаниями, которые вы сделали, обсудите в группе задание (** дети исследуют продукты, сравнивают с этикетками ( состав, дату изготовления, срок хранения , качество) , устанавливают соответствие состава с проведенным наблюдением, делают выводы) СНИМАЮТ ЭКСПЕРЕМЕНТ НА ВИДЕО (планшет, или микроском)

**1 группа исследуют – сметану**

**2 группа- молоко**

**3 группа – творог**

**4 группа – мороженное**

**Защита наблюдений (представление видео).**

**-** В ходе проведенных экспериментов ваша гипотеза подтвердилась**?** (Да. В составе отдельных образцов молока и молочных продуктов были обнаружены примеси, не заявленные производителем).

**- Говоря о нашем с вами здоровье, что прежде всего мы должны помнить …**

**(***на А3 листах***)** Запишите в центре листа слово, которое для вашей группы оказалось главным на уроке. От него то, что интересного узнали. *(учитель прикрепляет на доску кластеры- напечатанные выводы на листе)*

**Наше питание**

Пища должна быть натуральной, без

разнообразной, примесей при покупке мы должны

содержать питательные обращать внимание на состав

вещества дату изготовления

срок хранения

**- Показать вторую часть видео ( Арина, говорит, о том что потом еще выпила СПРАЙТ)**

**- Ребята, а теперь посмотрите и ты Арина, посмотри, какой процесс происходит в организме, если**  употреблять молоко в сочетании с продуктами, вызывающими вздутие кишечника

- Вы видели реакцию?

- То же самое происходит у нас в … (*учитель показывает на живот*). А как это влияет на органы пищеварения, мы узнаем на следующем уроке,

- Так о чём же говорят результаты опыта? *(молоко не со всеми продуктами совместимо).*

*- Исследования учёных доказали, что молоко – это отдельная еда, а не питье. Употреблять его желательно раздельно от другой пищи.*

- Скоро Новый год, вы с родителями будите закупать продукты. Я надеюсь вы воспользуетесь рекомендациями, о которых мы с вами сегодня говорили.

Домашнее задание: 1 кл.- подготовить памятки-закладки для ребят «Наше питание- это наше Здоровье». 3 кл – ( вывести на экран ЯКЛАСС – показать занятие исслед работы на портале)- запишите свои результаты исследования и поделиться с учащимися других классов.

**Рефлексия**

- Возьмитесь за руки, улыбнитесь друг другу.

- Какое открытие вы сделали сегодня?

- Что вам понравилось на уроке?

- Исполнились ли ваши ожидания, достигли ли вы цель? (получить новые знания, справиться со всеми заданиями, помочь своему товарищу и т.д.)

-Опыт, который вы приобрели сегодня на уроке пригодится вам в жизни?

- Ребята, какие рекомендации вы дадите Арине?

- Спасибо Вам за урок, мне очень приятно было с вами работать.