Технологическая карта

Предмет: окружающий мир

Класс: 3 «В»

Тип урока: урок систематизации знаний

УМК: «Школа России». А.А. Плешаков «Окружающий мир. 3 класс»

Тема урока	Наше питание
Цель	Сформировать у школьников представление о здоровом питании
Задачи	• *Образовательная* – закрепить знания учащихся о питательных веществах; • *Воспитательная* – воспитывать ответственное отношение к своему здоровью; • *Развивающая* – формировать умения выдвигать гипотезы, логически мыслить, самостоятельно добывать знания, анализировать, делать выводы, устанавливать причинно - следственные связи, развивать монологическую речь.
Планируемые результаты обучения учащихся	**Предметные:** сформировать представление о здоровье, как одной из главных ценностей человеческой жизни; **Метапредметные:** *Познавательные* • умение извлекать информацию из схем, иллюстраций; • находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. *Регулятивные* • понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить; • планировать учебную деятельность; • умение осуществлять познавательную рефлексию. • удерживать учебную задачу в течение урока; • отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения на уроке; *Личностные* • способность к самооценке на основе критерия успешности учебной деятельности; *Коммуникативные* • умение слушать и понимать других; • умение оформлять свои мысли в устной форме; • умение совместно договариваться, уступать, находить общее решение.

Основные понятия	Понятия «белки», «жиры», «углеводы», «витамины», «пищеварительная система». Правила здорового питания.
Ресурсы	• компьютер учителя; • мультимедийный проектор; • экран; • презентация «Правильное питание»; • муляжи продуктов; • этикетки продуктов; • карточки для групповой работы;
Организация пространства	**Педагогические технологии**: элементы технологии проблемного обучения, элементы технологии личностно-ориентированного обучения. **Методы обучения:** проблемно-поисковый метод; наглядный; репродуктивный, исследовательский. **Формы работы учащихся:** индивидуальная, фронтальная, групповая, работа в группах.

Ход урока

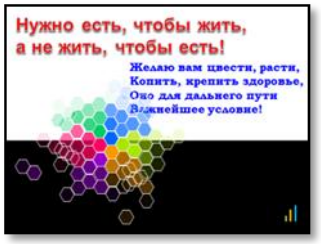
Этапы урока	Деятельность учителя	Деятельность ученика
1. Организационный момент. Психологический настрой.	*Мотивирует учащихся к учебной деятельности посредством создания эмоциональной обстановки. Включает в учебную деятельность на личностно-значимом уровне.* - Здравствуйте, дорогие ребята! Говорить друг другу здравствуйте – это значит, желать здоровья. Здоровье - это самое ценное, что есть у людей, а значит, его надо беречь. Предлагаю начать наш урок с улыбки, которая настроит нас на хорошее настроение на весь урок. А хорошее настроение может быть у здоровых людей. Девизом будут слова: «В дорогу знаний поспешим и здоровье защитим!»	*Приветствуют учителя и садятся. Участвуют в учебном диалоге.*
2. Актуализация знаний. Выдвижение проблемы, формулирование темы урока и постановка целей	*1.Организует коллективное обсуждение проблемы.* - Ребята! Я хочу Вам рассказать одну историю. Однажды к врачу пришел пациент с жалобой на боли в животе. Врач спросил его, что он ел? Когда пациент ответил, что он съел на обед, то врач прописал ему глазные капли. На	*Решают проблему, выдвигают гипотезы, отвечают на вопросы* .

	недоуменный вопрос пациента, почему выписаны глазные капли, если болит живот, врач ответил…. - Ребята, что ответил врач? *(В следующий раз ты будешь видеть, что ты ешь!)* 2. *Организует формулировку темы урока детьми, постановку цели урока, учит выражать свои мысли.* - Зачем мы должны видеть, что мы едим? Ваше здоровье – самое ценное, что есть у вас. На всю жизнь вам дается один организм. Многие болезни – это результат неправильного питания. - Как вы думаете, о чем мы сегодня с вами поговорим? Тема нашего урока **«Наше питание»** - Составим план нашей работы по порядку. На доске записан деформированный план: • Задать вопрос. • Оценить свою работу. • Выдвинуть версии. • Применить новые знания. • Определить пути их решения.	*Определяют и формулируют с помощью учителя тему урока.* *В ходе коллективного обсуждения составляется план:* 1. Задать вопрос. 2. Выдвинуть версии. 3. Определить способы их решения. 4. Применить новые знания. 5. Оценить свою работу.
3. Работа по теме урока. Решение проблемной ситуации	1. – Как вы думаете, зачем человек употребляет пищевые продукты? *(Питательные вещества необходимы для поддержания жизни и работы организма.)* - Может ли человек обходиться без пищи? Сколько времени? - Сколько раз в день должен есть человек? *(4 раза: завтрак, обед, полдник, ужин).* - Какую пищу должен употреблять человек? *(Нужно употреблять разнообразную пищу, животного и растительного происхождения.)* - Что относится к животной пище? *(Мясо, рыба, молоко, яйца и т.д.)* - Почему эту пищу называют животной? *(Потому что её дают животные.)* - Какую пищу называют растительной? *(Пища, которая получена из растений. Это – хлеб, овощи,*	*Фронтальная работа*

	фрукты, масло, грибы, сахар и т.д.) ***Вывод:* Для чего нужно есть разнообразную пищу**. 2. Работа в тетради на печатной основе стр. 56. 3. Предлагаю вам игру **«Один дома»** На доске расположены картинки с продуктами. Давайте выберем продукты для правильного питания. В корзину 1 сложим продукты, которые бывают часто на нашем столе. В корзину 2 – продукты, которые мы редко употребляем в пищу (дети берут и перемещают картинки-продукты в нужную корзину: *хлеб, картофель, торт, жевательная резинка, гречка, мясо, яйцо, рыба, растительное масло, сливочное масло, яблоко, чай с шиповником, апельсин, конфеты, йогурт, сыр, соки*). - Какие продукты пользуются большей популярностью? - А теперь давайте разберем наши корзины. Разберём продукты в каждой корзине на вкусные и полезные. О некоторых продуктах вы разошлись во мнении – одни считают их вкусными, а другим эти же продукты совсем не нравятся. - Но как, же понять, полезен продукт или нет? - Давайте после физминутки узнаем, какие же это вещества и какую роль они играют в жизни нашего организма.	*Делают вывод:* Если мы употребляем разнообразную пищу, то организм получает все необходимые питательные вещества. *Самостоятельная работа* *Самопроверка* *Участвуют в учебном диалоге.* *Делают вывод:* Пользу продуктов определяют питательные вещества, которые содержатся в них.
4. Физминутка	Человеку нужно есть, *(ходьба)* Чтобы встать и чтобы сесть,*(приседание)* Чтобы прыгать, кувыркаться,*(прыжки)* Песни петь и посмеяться, *(хлопки)* Что б расти и развиваться *(руки вверх)* И при этом не болеть *(наклоны)* Нужно правильно питаться С самых юных лет уметь!	*Выполняют движения в соответствии с заданиями физминутки.*
5. Продолжение работы по теме урока. Выполнение практических заданий.	1. *Работа с презентацией* - Какие питательные вещества человек получает с любой пищей? *(Белки, жиры, углеводы, витамины)* **Белки -** вещества, которые служат основным строительным	*Фронтальная работа*

    	материалом для тела человека. Особенно нужен такой материал детям - для роста и развития. Какие продукты богаты белками? *(Творог, яйца, мясо, рыба, горох, фасоль)* **Жиры** - обеспечивают организм энергией. Какие продукты богаты жирами? *(Сливочное и растительное масло, сметана)* **Углеводы** - главный поставщик энергии для нашего тела. Какие продукты богаты углеводами? *(Сахар, шоколад, картофель, фрукты)* - Какие питательные вещества ещё необходимы? **Витамины** - необходимы для сохранения и укрепления здоровья. Где их много? *(Во фруктах)* 2. Ребята! Сегодня мы с вами будем работать в группах. Давайте вспомним правила работы в группе. - У вас на столе лежат этикетки от упаковок разных продуктов. Исследуйте этикетку. Какое количество жиров, белков и углеводов содержится в каждом продукте питания. Где больше всего углеводов? Где больше всего жиров? - Какую пищу нужно есть, чтобы получить все необходимые питательные вещества? *(Нужно есть разнообразную пищу)* - Ребята! Прочитайте названия продуктов. Какие из этих продуктов отнесём к полезной пище? А какие нежелательно употреблять? Почему? 3. - А теперь давайте рассмотрим этикетку от кока-колы. Какие ещё составные части вы обнаружили, кроме тех питательных веществ, про которые мы говорили? - Что это такое? *(Это пищевые добавки, красители, консерванты, заменители*)	*Практическая работа.* *Работа в группах (читают и обсуждают текст, готовят представителя от группы для ответа)*

 	- Что они придают продукту? *(Вкус, цвет, запах, увеличивают срок хранения)* - Огромное количество пищевых добавок содержат чипсы, гамбургеры, чупа-чупсы, кока-кола. Частое употребление в пищу этих продуктов ведет к ожирению, к сердечным заболеваниям, к болезням желудка. К сожалению, современная жизнь невозможна без добавок! Но выбор есть всегда! Всегда смотрите на состав. Изучайте этикетку. Знайте меру. - Ребята! А теперь посмотрите, на органы человека после употребления неполезной пищи.	
7. Применение полученных знаний	*Организует рефлексию учебной деятельности на уроке.* - А теперь я предлагаю вам приготовить полезный салат из данного набора продуктов. *(Помидоры, огурцы, капуста, колбаса, копченая курица, майонез, растительное масло, фрукты, йогурт, отварное мясо, морковь).* - Объясните, чем полезен ваш салат? - Здоровье не купишь, его разум дарит. А я хочу подарить вам витаминный рецепт. *(Приложение 1)* Пожелать вам выполнять правила правильного питания, употреблять только полезные продукты, чтобы быть всегда здоровыми.	*Применяют новые знания в ходе выполнения заданий.* *Самостоятельная работа* *Рассказы учащихся, добавления от группы.*
8. Рефлексия учебной деятельности на уроке.	- Ребята! А теперь давайте проведём тест! Положите перед собой ладошку. Возьмите ручку. Слушаем задание. 1.На завтрак вы предпочитаете кашу или яичницу? **(**Если кашу - то не штрихуем пальчик, если яичницу - то заштриховали) 2.Вы предпочитаете в жару воду или лимонад? (Если воду - то не штрихуем, если лимонад - то заштриховали) 3**.**Каждый день вы съедаете по одному овощу? (Если съедаете - то не штрихуем, если не съедаете–	

	заштриховали) 4.Какое блюдо вы охотнее съедите: рыбу с овощами или бутерброд с копчёной колбасой? (Если рыба—то не штрихуем, если бутерброд – заштриховали) 5.Как вы считаете, вы питаетесь правильно? (Если правильно - то не штрихуем, если неправильно - то заштриховали) Посмотрите на руку, покажите мне с помощью «светофора» правильно ли вы питаетесь. Если у вас все пальцы на ладошке закрашены, возьмите красный кружок. Если хотя бы один закрашен, возьмите желтый кружок. А если ладошка вообще не закрашена—возьмите зелёный кружок. Красный - вы питаетесь неправильно! Жёлтый - не совсем правильно! Зелёный - вы питаетесь правильно! ***Вывод:*** **Мы есть то, что мы едим!**	
9.Самооценка деятельности 	*Предлагает оценить учащимся собственную деятельность на уроке.* Закончи предложения • Я понял(а), что… • Я узнал(а), что… • Мне было интересно… • Могу похвалиться, тем …	*Строят монологическое высказывание, участвуют в учебном диалоге, аргументируют свою точку зрения. Выполняют самооценку на основе критерия успешности учебной деятельности.* – Несколько учеников высказывают свои мнения. 
10.Домашнее задание	*Задаёт вариативное домашнее задание.* • Составить меню на один день для человека, который занимается спортом. • Составить кроссворд по теме «Овощи и фрукты»	*Выбирают задание, записывают в дневник*

	• Записать рецепт салата полезного для здоровья	