



**Автор:** Подболячная Наталья Юрьевна  
**Предмет:** Познание мира. Компонент история  
**Класс:** 2 класс  
**Раздел:** В здоровом теле – здоровый дух  
**Тема:** Наше питание

|  |   |
|--|---|
| Цели обучения (ссылка на учебную программу): | 2.1.4.1 определять различия между здоровой и нездоровой пищей на основе различных источников  |
| Цели урока:                                  | определять различия между здоровой и нездоровой пищей на основе различных источников  |
| Языковые цели:                               | <ul style="list-style-type: none"><li>• обсуждать о важности правильного питания и здорового образа жизни</li><li>• определять различие между здоровым и нездоровым питанием</li></ul> Предметная лексика и терминология • правильное питание; • выполнение упражнений; • здоровый, красивый, быть сильным; • диета, болезнь, углеводы, овощи и фрукты; • молочные продукты: молоко, творог, масло, йогурт, кефир |
| Ожидаемый результат:                         | Все учащиеся смогут: определять различия между здоровой и нездоровой пищей на основе различных источников<br>Большинство учащихся смогут: определять различия между здоровой и нездоровой пищей<br>Некоторые учащиеся смогут: На основе пирамиды питания определять здоровую и нездоровую пищу.   |
| Критерии успеха:                             | Все учащиеся смогут: определять различия между здоровой и нездоровой пищей на основе различных источников<br>Большинство учащихся смогут: определять различия между здоровой и нездоровой пищей<br>Некоторые учащиеся смогут: На основе пирамиды питания определять здоровую и нездоровую пищу.   |
| 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.   |
| Навыки использования ИКТ:                    | ИКТ - просмотр видеоролика, презентация урока. У учащихся планшеты для работы в паре  |
| Межпредметная связь:                         | Реализуется межпредметная связь с уроками казахского языка, математики, музыки, художественного труда.  |
| Предыдущие знания:                           | Продолжат пополнение знаний, полученные в 1-ом классе. Знают, что необходимо для безопасности, дисциплины, выполнения упражнений, правильного питания в школе и дома, чтобы быть здоровыми и сильными   |

### Ход урока

| Этапы урока | Запланированная деятельность на уроке | Ресурсы |
|-------------|---------------------------------------|---------|
|-------------|---------------------------------------|---------|

|                       |  |  |
|-----------------------|--|--|
| <p>Начало урока</p>   | <p>I. Создание положительного эмоционального настроения Долгожданный дан звонок, Начинается урок</p> <p>II. Введение в тему</p> <p>-Ребята, посмотрите на картинки и назовите изображенные на них предметы. (Ответы детей.) - Назовите все это одним словом. (Продукты .)</p> <p>- Для чего нам нужны продукты? ( Мы ими питаемся.)</p> <p>- Значит это продукты нашего питания. А какие еще продукты питания вы можете назвать? (Ответы детей)</p> <p>- А теперь отгадайте мои загадки, в которых пойдет речь о продуктах питания.</p> <p>Он и черный, он и белый, А бывает подгорелый. (Хлеб.)</p> <p>Белое, да не снег Вкусное, да не мед, От рогатой берут И ребятам дают. (Молоко)</p> <p>Очень любят дети Холодок в пакете. Холодок, холодок Дай лизнуть тебя разок. (Мороженое)</p> <p>Слева бантик, Справа бантик, У красотки платье – фантик. Пренарядная кокетка Шоколадная ... (конфетка.)</p> <p>Пчелки летом потрудились, Чтоб зимой мы угостились. Открывай пошире рот, Ешь душистый, сладкий ... ( мед).</p> <p>Может разбиться, Может вариться, Если хочешь – В птицу может превратиться. (Яйцо) Как надела сто рубах, Захрустела на зубах (Капуста.)</p> <p>На грядке длинный и зеленый, А в банке желтый и соленый (Огурец.)</p> <p>Красная девица Сидит в темнице. А коса на улице (Морковь.)</p> <p>- А какие продукты питания вы любите? ( Ответы детей)</p> <p>- Как вы думаете, о чем мы будем говорить? Да, действительно, мы сегодня будем говорить о тех продуктах, которые полезны нашему организму и из чего они состоят.</p>  | <p>Презентация учителя</p>   |
| <p>Середина урока</p> | <p>III.Актуализация знаний.</p> <p>Целеполагание Вопросы: – Подумайте, зачем мы питаемся? (Для того, чтобы жить, двигаться, для того, чтобы хорошо работали внутренние органы: сердце, печень, легкие) – Приходилось ли вам испытывать чувство голода? Что вы при этом чувствовали? (Сонливость, вялость, не желание общаться, думал только о еде, в животе бурчало, т.е. полный дискомфорт)</p> <p>–человек получает при употреблении пищи Питательные вещества, а какие питательные вещества человек получает с пищей, мы выясним. Чтобы это понять, мы должны узнать, из чего же состоят продукты .</p> <p>IV. Работа по теме урока</p> <p>Как понимаете выражение «правильное питание» обеспечивает рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствует укреплению его здоровья и профилактике его здоровья. «диета» - определенный режим питания. Работа по алгоритму с текстами 1.</p> <p>Внимательно прочитай информацию в тексте. 2. Выясни название группы питательных веществ и в каких продуктах они содержатся. 3. Результаты исследования занеси в таблицу. Презентация работ. Дополнение учителя о суточной норме жиры-80-90г, белки-75-90г, углеводы-300-400г, витамины-30мг, минералы-30мг, клетчатка-20-30мг, вода-до 2л</p> <p>Физминутка</p> <p>(П) Работа с интернет-ресурсом упражнения– Прочитайте информацию в источнике и в паре выполните упражнение1 и 2 -Чья пара не допустила ошибок, закрасьте грушу зелёным цветом, у кого была одна-две ошибки жёлтым, у кого было три и больше ошибок красным.</p> <p>(Г) Работа по учебнику с пирамидой питания. – Ученые предлагают распределить все необходимые для жизнедеятельности организма продукты в виде пирамиды. Ролик Пирамида питания – Рассмотрите пирамиду питания. Каких продуктов должно быть больше в вашем рационе питания, а каких - меньше? – Вспомните и заполните свою пирамиду питания , чем вы питаетесь в течение одного дня. Поделитесь в группе.</p> | <p>Слайд Сбалансированное питание</p> <p>Планшеты<br/> <a href="https://bilimland.kz/ru/courses/poznanie-mira/organizm-cheloveka-i-uxod-zanim/lesson/pitanie-sbalansirovannaya-dieta">https://bilimland.kz/ru/courses/poznanie-mira/organizm-cheloveka-i-uxod-zanim/lesson/pitanie-sbalansirovannaya-dieta</a></p> |

|             |   |   |
|-------------|---|---|
| Конец урока | V. Обобщение - Вы сегодня хорошо поработали. Насколько хорошо вы усвоили материал, пройдем тест.<br>VI. Домашнее задание : составить меню на один день. Меню должно быть сбалансированным, рациональным и соответствовать общепринятой пирамиде здорового питания.  | Планшеты<br><a href="https://bilimland.kz/ru/courses/poznanie-mira/organizm-cheloveka-i-uxod-za-nim/lesson/pitanie-sbalansirovannaya-dieta">https://bilimland.kz/ru/courses/poznanie-mira/organizm-cheloveka-i-uxod-za-nim/lesson/pitanie-sbalansirovannaya-dieta</a> |
| Рефлексия   | VII. Итог урока. Рефлексия<br>Одному мудрецу задали вопрос: «Что для человека важнее, богатство или слава?» Он ответил: «Ни то, ни другое, а здоровье. Здоровый нищий счастливее больного короля». А другой мудрец предупреждал: «Мы замечаем, что самое ценное для нас – это здоровье, только когда его уже нет». – Прислушайтесь к словам мудрецов и твердо запомните, что надежнее всех о своем здоровье можем позаботиться только мы сами.<br>- (Ф) Рефлексивное оценивание Чемодан-мясорубка-корзина |   |