

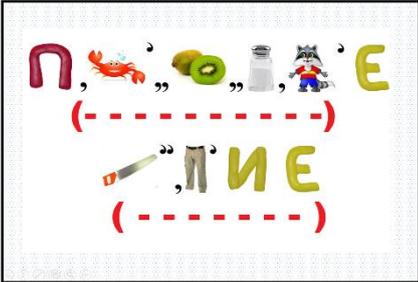
Тема	«Правильное питание школьника». 21.10.2022
Целевая аудитория	6Б класс (кл.рук. Фомина И.В.)
Цель	формирование целостного представления о здоровом (правильном) питании школьников.
Задачи	<p>Образовательные: сформировать представление у учащихся между здоровой и нездоровой пищей.</p> <p>Развивающие: сформировать представления о правильном питании на основе различных источников; выработать навыки выбора правильных продуктов питания и соблюдать режим питания.</p> <p>Воспитательные: Воспитать культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья; Воспитать негативное отношение к вредным продуктам питания</p>
Форма проведения	Комбинированная
Методы обучения	Репродуктивный, проблемный, практический
Формы организации учебной деятельности	Фронтально-коллективная, групповая, индивидуальная
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная техника: ноутбук с выходом в интернет, интерактивная доска Smart, проектор.
Образовательные ресурсы	презентация , видеоролики канала YouTube, дидактические карточки.
Межпредметная связь	Биология

Планируемые образовательные результаты

Предметные:	Метапредметные:	Личностные:
<p><u>Знать:</u> основные понятия темы, правильное питание школьника, полезные продукты, вредные продукты, режим питания.</p> <p><u>Уметь:</u> использовать интернет-ресурсы, и другие источники информации.</p>	<p><u>Познавательные:</u> формирование умений классифицировать, сравнивать и анализировать, обобщать данные.</p> <p><u>Регулятивные:</u> развивать умения работать в соответствии с поставленными целями; формировать умения для проявления внеурочной деятельности инициативности и самостоятельности; вносить необходимые коррективы в ходе работы, учитывать характер сделанных ошибок, уметь оценивать свои действия, высказывать своё мнение, делать выводы.</p> <p><u>Коммуникативные:</u> формирование умения сотрудничества с учителем, с одноклассниками, уметь вступать в диалог; быть ответственным за результат своих действий, наблюдать за действиями</p>	<p>Устанавливать связь между целью деятельности и ее результатом, оценивать собственный вклад в работу на уроке, формирование устойчивой мотивации к обучению.</p>

Одноклассников, анализировать их деятельность, уметь увидеть неточности и корректировать их.

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА КЛАССНОГО ЧАСА

Этапы классного часа/ время	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
<p>Организационный момент (эмоциональный настрой) – 1-2 мин.</p>	<p>Приветствует учащихся и зачитывает эпиграф, который записан на доске («Каждый наполняет себя САМ!»)</p>	<p>Приветствие учителя, подготовка рабочего места. Зачитывают эпиграф, настраиваются на рабочий лад</p> 
<p>Введение в тему, мотивация, актуализация знаний – 5 мин.</p>	<p>Предлагает разгадать ребус и назвать тему классного часа. (Ребус -Слайд№2)</p> 	<p>Разгадывают ребус и называют тему классного часа – (Слайд№3)</p> 
<p>Изучение нового материала – 15 мин.</p>	<p>Предлагает посмотреть мультфильм «Выбирай свою траекторию» и ответить на вопросы. (Приложение№1) Вопросы для учащихся: - Какую траекторию вы выбираете? - Есть, чтобы жить или жить, чтобы есть?</p> <p>Предлагает поговорить о правильном питании школьника (Слайд№5)</p>	<p>Знакомятся с информацией в мультипликационном фильме.</p>  <p>Отвечают на вопросы учителя(Слайд№.4)</p>

*Поговорим
о правильном питании
школьника*



Если хочешь быть здоровым, нужно правильно питаться, есть полезную, богатую витаминами еду и как можно реже употреблять «фаст-фуд». Здоровый человек не должен ничего исключать из своего меню, еда должна быть вкусной и разнообразной. Но во всём нужна мера. Следует соблюдать режим питания (в заметках презентации)

Знакомит с продуктами, которые необходимы для полноценного развития школьника. Показ обучающего видеоматериала [«11 продуктов, необходимых для полноценного развития школьника»](#) (Приложение №2)

Задаёт вопросы для учащихся:
(Еще древнегреческий философ Сократ (470 - 399 лет до н. э.) сказал: «Мы живем не для того, чтобы есть, а едим для того, чтобы жить» Это старинное высказывание актуально и в наше время, особенно для растущего организма.)
- Что мы должны есть, чтобы не было проблем в учебе?

- Какие полезные продукты вы бы добавили для полноценного развития школьника?

Проводит опыт, совместно с учащимся, который направлен на изучение достоверности информации о чипсах. Для опыта необходима пачка чипсов «Lay's».

(Опыт. Положить большой чипс на лист бумаги и согнуть его пополам, чипс внутри листа раздавить, удалить кусочки чипса с бумаги,)

Задаёт вопросы классу:

Внимательно слушают учителя.

Знакомятся с режимом питания школьника. (Слайд №6)



Анализируют полученную информацию.

Узнают об 11 продуктах, которые необходимы для полноценного развития школьника (развития памяти, концентрации внимания, активной работы мозга, усидчивости).

Отвечают на вопросы учителя.

Проводят эксперимент, следуя инструкциям учителя.

Изменился цвет бумаги? Чем покрылась бумага?

Какой можно сделать вывод

Оценивает результаты работы обучающихся.
Проверяет знания учащихся по теме
«Правильное питание школьника».
LearningApps - **«ВРЕДНО – ПОЛЕЗНО»**



Предлагает познакомиться с рекомендациями
«Правила здорового питания для школьников»
(Приложение№3)

Отвечают на вопросы: Бумага покрылась жирными пятнами с желтым оттенком.

Высказывают свою точку зрения:
Например, *Чипсы содержат большое количество жиров. А желтый цвет обозначает присутствие в продукте красителей, а это вредно для организма.*

Выполняют задания практические ЭОР.
Фронтальная форма работы.
Классифицируют полезные и вредные продукты питания.

Индивидуальная форма работы - знакомятся с правилами здорового питания для школьников.

Закрепление изученного материала. – 15-17 мин.

Вопрос классу: Можно сказать, что овощи и фрукты – кладовая здоровья? Если да, тогда почему?

Предлагает учащимся разгадать Филворд: «Полезные продукты питания». Кто быстрее найдёт полезные продукты в филворде? Время для работы – до 5 мин (слайд №7)



Карточки-задания для индивидуальной работы
(Приложение№4)

Проводит тестирование учащихся на тему:
«Правильно ли мы питаемся?» (Приложение№5)

Отвечают на вопрос учителя.

Индивидуальная форма работы - работают с Филвордом в дидактических карточках, находят спрятанные слова.



Проверяют свой выбор. ОТВЕТЫ (слайд №8)

Отвечают на вопросы теста.
Подсчитывают и обсуждают результаты тестирования. (Слайд№9)

	<p>Учитель: <i>Лёгкая и полезная для нашего организма пища, которую веками ели наши предки - традиционные каши из различных круп, первые блюда на обед и множество своих овощей и фруктов, которые несут наименьшую опасность возникновения на них аллергии.</i> (в заметках презентации)</p> <p>Предлагает объяснить значение пословиц. «Кто хорошо жуёт, тот долго живёт.» «Из-за стола нужно вставать с лёгким чувством голода.» «Ужин не нужен, был бы обед.» «Гречневая каша – мать наша, хлебец – Кормилец»</p>	<p>Подсчёт баллов тестирования:</p> <p>«А» – 2 балла «Б» – 1 балл «В» – 0 баллов.</p> <p>0 – 13 баллов – есть опасность;</p> <p>14 – 18 баллов – следует улучшить питание;</p> <p>19 – 24 балла – хороший режим и качество питания.</p> <p>Внимательно слушают учителя.</p> <p>Объясните значение пословиц:</p>  <p>«Кто хорошо жуёт, тот долго живёт.» «Из-за стола нужно вставать с лёгким чувством голода.» «Ужин не нужен, был бы обед.» «Гречневая каша – мать наша, хлебец – Кормилец»</p> <p>Фронтально-коллективная форма работы – объясняют значение пословиц (Слайд №10)</p>
<p>Итоги классного часа. Рефлексия. 5 мин.</p>	<p>Цитирует Л.Н.Толстого: «Если бы люди ели только тогда, когда они очень голодны, и если бы питались простой, чистой и здоровой пищей, то они не знали бы болезней, и им легче было бы управлять своею душой и телом».</p> <p>Предлагает составить синквейн «Правильное питание школьника»</p> <p>Благодарит всех за работу.</p>	<p>абота в парах. Составляют синквейн на тему «Правильное питание школьника»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализируют результаты своей работы на классном часе; - Отмечают успешные синквейны одноклассников; - Оценивают работу одноклассников на классном часе.
<p>Источники информации:</p>	<p>Методические рекомендации здоровое питание для школьника [Электронный ресурс] / https://pandia.ru/text/77/378/32989.php .</p> <p>Яндекс-картинки [Электронный ресурс] / https://yandex.ru/images/search?text=продукты%20питания%20на%20прозрачном%20фоне</p> <p>Пословицы о правильном, здоровом питании. [Электронный ресурс] / http://pro-poslovcy.ru/poslovcy-o-pravilnom-zdorovom-pitanii/</p>	