**тема:  Разработка меню здорового завтрака.**

**Цель урока:** Познакомить учащихся с принципами здорового питания, научить составлять меню завтрака с учетом требований к здоровому питанию

**Задачи урока:**

* закрепить представления о  составе пищевых продуктов, их энергетической ценности, с потребностью человека в энергии, получаемой с пищей.
* научить учениц, пользуясь полученными сведениями составлять меню с учетом  своевременного и сбалансированного приема пищи.
* воспитывать культуру питания с соблюдением основных гигиенических требований.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| План урока | Способы повышения здоровьесозидающего потенциала урока | Направленность на компоненты ФГОС-2 |
| 1.Мотивация учебной деятельности  ответы на вопросы  Что такое меню?  Какое значение имеет завтрак в  меню человека?  Как вы обычно завтракаете?   Распределение по группам (с учетом способностей и возможностей учениц)  На проекционном экране презентация    « Здоровое питание»  слайды 1,2 | Создание положительного эмоционального настроя на урок  Организация отношений сотрудничества, взаимопомощи, поддержки между учащимися | формирование  мотивации к учению и познанию   формирование рабочей группы для выполнения проекта с учетом общности интересов и возможностей будущих членов трудового коллектива; |
| 2. На проекционном экране презентация   « Здоровое питание». Слайды 3,4 демонстрируют  таблицу питания и принципы сбалансированного питания.  Рассказ  учителя о пользе завтрака и правилах приема пищи | Активация познавательной учебной мотивации: формирование мыслительных операций, опора на личный опыт  Нахождение практического применения учебного материала | Понимание значения здорового питания для сохранения своего здоровья; |
| 3. Учащиеся  с помощью учителя отвечают на вопрос «Почему надо завтракать?» определяются принципы здорового питания (слайды 5-7) | Личностная ориентированность достигается через диалогическое взаимодействие учителя и учащихся  Оказание учителем помощи и поддержки учащимся | Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. |
| 4. Физкультминутка.  Выполняются упражнения на укрепление плечевого, поясничного и шейного отделов позвоночника. | Профилактическая направленность: динамическая нагрузка проводится с помощью специально подобранного текста и соответствующих  ему упражнений | Понимание значения здорового образа жизни и способов укрепления здоровья |
| 5. Выполнение мини-проекта.  Постановка проблемы, (слайды  9-12) Изучение перечня продуктов для здорового завтрака. | Создание условий для самодеятельности и совместной деятельности учащихся  Проектная деятельность | Овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач. Определение общей цели и путей ее достижения; распределение  работы при коллективной деятельности; |
| 6**.**Разработка проекта.  Предварительно : учащиеся получили  карточки  с планами ответов  и перечнем продуктов . Проходит коллективное проектирование  вариантов меню, проделась  разработка презентаций.  Учитель  контролировал разработку , оказывал необходимую помощь. | Создание условий для свободного выбора учащихся  Оказание учителем помощи и поддержки  Организация отношений сотрудничества, взаимопомощи, поддержки между учащимися | Совершенствование умений  выполнения учебно-исследовательской и проектной деятельности; умения применять технологии представления, преобразования и использования информации,  применение элементов прикладной экономики при обосновании технологий и проектов.  Осуществление взаимного контроля в совместной деятельности. |
| 7.Защита проекта, (слайд 13)Выступление представителей каждой бригады.  План защиты*:*   Объявить название разработанного меню  Обосновать выбор ( экономическая оценка, скорость приготовления, полезность)  Технология изготовления одного из блюд проекта. Самостоятельно и объективно оценить выполненную работу. | Создание условий для оценочной деятельности | Развитие инновационной  творческой деятельности обучающихся в процессе решения прикладных учебных задач;  готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий; |
| 8.Закрепление материала.  Ответы на вопросы:  Почему надо завтракать?  Назовите продукты для здорового завтрака.  Как вы понимаете выражение  послужившее эпиграфом к нашему уроку. | Оценивание собственного ответа и рефлексия по поводу проделанной работы | Готовность к рациональному ведению домашнего хозяйства; |
| 9. Подведение итогов урока.(слайд14,15).  Домашнее задание.  Разработать  меню здорового завтрака для своей семьи. | Обоснованное оценивание ответа учащегося  Опора на личный опыт учащихся | Самостоятельная организация и выполнение различных творческих работ. Готовность к рациональному ведению домашнего хозяйства. |