**Открытый урок по теме: « Здоровое питание».**

**Цель урока:** сформировать понятие « здоровое питание», познакомить учащихся с рационом школьника, показать важность соблюдения режима питания.

**Задачи.**

**Образовательные:** раскрыть значение продуктов питания для сохранения здоровья, показать значимость рационального питания, необходимость употребления овощей и фруктов, значение витаминов и минералов в нашем питании, рассказать о вреде энергетических напитков и продуктов питания быстрого приготовления

**Воспитательные:** развивать интерес к предмету, воспитывать культуру питания, бережного отношения к продуктам и особенно к хлебу, продолжить формирование ответственного, творческого отношения к учебному труду, воспитывать культуру речи, совершенствовать коммуникативные умения учащихся в совместной деятельности и информационно-познавательную деятельность.

**Развивающие:** продолжить формировать умения делать выводы, анализировать, сопоставлять факты, вести дискуссию.

**Оборудование:** интерактивная доска, муляжи плодов и овощей,

иллюстрации к докладам, презентации.

**Тип урока:** конференция ( за столом сидят ученики, выполняющие роль ученых, а класс в роли корреспондентов). Ученые: биолог, химик, эксперт, учитель биологии, кандидат биологических наук, врач фитотерапевт, врач диетолог.

« Человек живет не для того, чтобы есть, но ест, для того, чтобы жить».

**Ход урока.**

1. Актуализация знаний: сообщение темы, целей и задач урока.
2. Сообщения и презентации учащихся по темам:

А) Питание современных школьников

Б) Рациональное питание

В) Полезный завтрак

Г) овощи фрукты в нашем питании

Д) витамины и минералы. Их роль в питании человека

Е) Вред энергетических напитков и продуктов быстрого приготовления ( фастфуд).

После каждого выступления учащиеся задавали вопросы докладчику, делали свои добавления, высказывали мнение.

Конференция проходила интересно, ребята были очень активны, помогали друг другу в проведении презентаций.

На конференции были подняты проблемы современных школьников, которые не всегда соблюдают режим питания.

В докладах и презентациях прозвучали такие важные моменты, как правильное питание- залог здоровья, витамины и минералы в нашем питании, приготовление полезных напитков в домашних условиях, важность хлеба и бережное к нему отношение, а так же что же надо есть, а от чего надо воздерживаться или отказаться вовсе.

Активная работа учащихся на данном уроке способствовала развитию познавательных интересов к предмету, к своей личности, к своему здоровью. Учащиеся усвоили пользу и вред многих продуктов питания, поняли важность правильного питания, как способа сохранения своего здоровья.

В результате проведенной конференции создана папка

« Здоровое питание» в электронном и печатном виде.

Конференцию подготовила и провела учитель химии и биологии Барышева Галина Викторовна.