Конспект урока по окружающему миру во 2 классе

УМК «Начальная школа 21 века»

Тема: **Правильное питание – залог здоровья.**

Цель урока: систематизировать знания детей о здоровой пище и значении питания в жизни человека;

-формировать гигиенические навыки и культуру поведения во время приёма пищи; воспитывать чувства любви и заботы к окружающему миру;

- способствовать реализации здорового образа жизни.

Ход урока:

1. Организационный момент.
2. Актуализация знаний.

 Что за сказочный герой,
   Он не ест, не пьёт порой.
   На него как взглянешь ты,
   Только кости и видны.
                                       (Кощей)

- Почему его прозвали Кощеем?

- Что вы можете сказать о его внешнем виде?

– Для чего человек ест?

3.Определение темы урока

4.Работа над темой урока.

А) Постановка проблемы.

|  |  |
| --- | --- |
| **Знаем** | **Не знаем** |
| Человеку нужно питаться. | Какой пищей питаться? |
|   | Как  питаться? |
|   | Зачем так питаться? |

Б) Работа в группах.

1 задание

Какой пищей надо питаться?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| МолокоРыба ЧипсыКонфетыБанан  | ЯйцоКурицаТортЙогуртКола | ЯблокоОрехиМороженоеГамбургерКартофель  |

 - Почему одни продукты подходят вам больше, другие – нет? (в одних - больше питательных веществ, витаминов, в других их мало)

- Для чего нужны организму питательные вещества?

- В каких продуктах много питательных веществ и витаминов? (в овощах и фруктах)

 Учитель говорит о белках, углеводах и жирах – питательных веществах, которые дают нашему организму энергию и строительный материал для клеток (прикрепляет картинки)

В) Физкультминутка

2 задание

Дифференцированная работа

|  |  |
| --- | --- |
| **Работа со словарём** | **Работа с учебником (в парах)** |
| Диета | С.151-152 |
| Диетическая пища | Почему считают, что Коля ест правильно? |
| Диетолог | Почему за ужином не советуют много кушать? |

Вывод: питаться умеренно и разнообразно и соблюдать режим питания.

Г) Логическая задача. «Исправь ошибки».

- К нам в класс пришла SMS от мальчика Пети – сладкоежки. Послушаем его и сравним с тем, что мы сегодня узнали на уроке:

Дорогой друг, если хочешь быть здоров, то питайся однообразной пищей. Больше ешь булочек, сладостей, особенно если ты склонен к полноте. Мучная и сладкая пища приводит к накоплению избытка жира под кожей, и ты быстро наберёшь вес. Очень вредно есть овощи и фрукты. Старайся есть больше на ночь, утром можно и не завтракать. Представь, как хорошо съесть за ужином большой кусок мяса, колбасы, сыра, попить сладкого чая с конфетами, пирожным.  (Ответы детей).

Вывод: Питаться нужно правильной пищей.

 Правильное питание – залог здоровья!

5.Итог урока. Рефлексия.

6.Домашнее задание. Используя полученные знания, составьте меню на свой обед