**Внеурочная деятельность.**

**Урок по теме: «Растем здоровыми и сильными»**

**Учитель: Лукьянова Татьяна Владимировна**

**Тема занятия: «Здоровая пища для всей семьи»**

**Цели:**

1. формировать представления об основных факторах и «законах» здоровья, об организме человека;
2. подвести обучающихся к пониманию особенностей организма, расширить и углубить знания детей о здоровой пище, ее разнообразии, значении для человека;
3. учить детей выбирать полезные продукты для здорового, рационального питания.

**Планируемые результаты:**

***Предметные:*** научиться различать полезные и неполезные продукты,группировать их; выдвигать предположения и доказывать их; понимать учебную задачу урока и стремиться ее выполнять; работать в группе, используя представленную информацию для получения новых знаний; узнавать полезные и неполезные продукты по рисунку;

**Метапредметные**: использовать различные способы поиска информации; определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Личностные:** формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, уважительного отношения к иному мнению, готовность слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою, излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

**Оборудование:** компьютер, экран, презентация, цветные карандаши.

***Ход занятия:***

 **1. Мотивация к учебной деятельности.**

- Прочитайте с экрана пожелание:

***С хорошим настроением принимайся за работу!***

- Как вы понимаете эти слова? *(Начинать работу нужно с хорошим настроением, лишь тогда все получится)*

 - Какое у вас сейчас настроение?

- Значит, у нас все получится. Желаю успехов в работе.

**2. Постановка цели занятия. Анализ ситуации:**

- Ребята, послушайте сказку.

 «Жил – был один сказочный король. У него была дочь. Она любила только сладкое: конфеты, торты, пирожные, печенье, пряники, мороженое.

И однажды с нею случилась беда…. Принцесса заболела…..»

- Хотите узнать, почему заболела принцесса?

- Давайте выясним это.

- А вы как думаете, почему принцесса заболела? *(Она питалась только сладостями)*

- У вас на столе лежат картинки с изображением продуктов. Рассмотрите их. Назовите продукты, которые изображены на картинках. Вам необходимо разделить продукты на 2 группы. Подумайте, на какие группы вы их поделите. Договоритесь между собой, один из вас должен будет доказать точку зрения группы. *(Работа групп, защита мнения группы)*

- Как можно назвать продукты в каждой из групп? *(полезные и неполезные продукты)* Ребята, как вы думаете, о чем мы сегодня будем говорить на занятии? *(о полезных и неполезных продуктах)*

- Может ли человек прожить без еды? Почему*? (Чтобы человек рос, развивался, ему необходимо каждый день питаться).*

**3**. **Физкультминутка**

**4. Подведение итогов исследования**

- А сейчас мы узнаем, какими продуктами питаемся мы с вами.

- Домашним заданием для вас было: провести с родителями небольшое исследование о питании. Как вы выполняли задание? *(зарисовали все продукты, которые употребляли в пищу в течение двух дней)*

- Посмотрите на рисунки в тетради, как вы считаете, каких продуктов вы съели больше, полезных или неполезных?

- Итак, вы предполагаете, что полезных продуктов вы съели больше.

- Проверим наше предположение.

- Сосчитайте количество полезных продуктов. *(Записать результаты подсчета на доске в таблицу)*

|  |  |
| --- | --- |
| *Полезные продукты* | *Неполезные продукты* |
| *…?....* | *…?...* |

- Сосчитайте количество полезных продуктов. *(Записать результаты подсчета на доске в таблицу)*

- Какое число больше? Что мы предполагали? *(Что полезных продуктов мы съели больше)* Подтвердилось ли наше предположение?

- Какой вывод можно сделать? *(Полезных продуктов мы съедаем больше, чем неполезных)*

- Для чего это необходимо? *(Это поможет вырасти здоровыми).*

**5. Самостоятельная работа в группе**

-А сейчас выполним задание в группах. Каждая группа должна составить и представить для обсуждения меню обеда. Подумайте, из каких продуктов оно у вас будет состоять. Можно воспользоваться рисунками из первого задания.

**6. Самооценка**

У каждого ученика на партах лежат 2 кружочка: желтого и красного цвета.

- Вспомните, все, о чем мы сегодня с вами говорили на занятии.

 Кто **теперь знает** полезные продукты, поднимет красную сигнальную карточку, а кто **не знает** какие продукты относятся к полезным поднимет желтую сигнальную карточку.

**7. Итог занятия работа в тетради**

- Откройте страничку тетради, где нарисован «цветок здоровья».

Посмотрите на «цветок». Вспомните, о чем мы говорили на прошлом занятии, что нужно, чтобы вы были здоровыми? *(Дружная семья)*

Как вы думаете, что еще нужно дорисовать, чтобы вы были здоровыми? *(Полезные продукты)* Нарисуйте лепесток к «цветку здоровья» *(предлагается шаблон лепестка)*, раскрасьте его цветными карандашами и нарисуйте на лепестке ваш самый любимый полезный продукт.