МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 41»

Внеклассное мероприятие

по окружающему миру

в рамках изучения темы «Наше питание»

3 класс

Фрукты

Подготовила мероприятие:

учитель начальных классов

Горбунова Людмила Николаевна

МОУ «СОШ №41» г. Саранск

2014-2015 г.

**Сценарий внеклассного мероприятия по окружающему миру**

**«Фрукты»**

В рамках изучения темы «Наше питание» по предмету «Окружающий мир»

3 класс УМК «Школа России»

**Тема мероприятия:** Фрукты

**Цель мероприятия:**

•  познакомить детей с незнакомыми фруктами;

•  развивать логическое мышление, память, внимание;

•  воспитывать интерес к предмету.

**Задачи мероприятия:**

***образовательные:***

• познакомить с классификацией фруктов;

• познакомить со способами  первичной обработки фруктов;

• познакомить со способами приготовления блюд из фруктов;

***развивающие:***

• содействовать развитию мышления, самостоятельности, наблюдательности, навыков самоконтроля и самооценки;

• развивать познавательные  интересы детей;

• развивать умение работать в группах;

***воспитательные:***

• воспитывать бережное отношение к природе;

• воспитывать ответственность за выполненную работу.

**Методы и приемы:**

• методы словесной передачи информации и слухового восприятия (приемы: информационный рассказ, беседа);

• методы передачи информации с помощью практической деятельности учащихся (выполнение практической работы, подготовка проекта);

• методы наглядной  передачи информации и зрительное восприятие (приемы: показ компьютерной презентации);

• методика концентрации внимания (игра «загадки»);

• методы контроля (прием: самопроверка).

**Формы организации на занятии:** групповая, индивидуальная.

**Межпредметные связи:** окружающий мир, технология, ИЗО.

**Учебно-методическое обеспечение:**

**1. Дидактический материал:** карточки, задания для практической работы, рисунки,

**2. Технические средства обучения:** компьютер, проектор, экран,

**I. Организационный момент.**

- Ребята! Мы продолжаем знакомиться с правилами правильного питания.

- Сегодня узнаем много интересного. Давайте настроимся на хорошую работу.
**II. Психологический настрой.**
Наши ушки на макушке.
Глазки шире открываем,
Слушаем и запоминаем.
Ни минуты не теряем.

**III. Начало мероприятия.**

**1. Актуализация опорных знаний.**

- Ребята, давайте вспомним, что помогает человеку быть здоровым? (спорт, здоровое питание, здоровый образ жизни)

- А как вы понимаете, что такое *«здоровое питание»*?

**2. Определение темы мероприятия.**

- Отгадайте, о чём будем говорить на нашем мероприятии. Для этого отгадайте загадку.

Кольцо не простое,
Груша, яблоко, банан,
ананас из жарких стран.
Эти вкусные продукты
вместе все зовутся ... фрукты. (О фруктах)

**3. Целевая установка.**

- Человеку нужно употреблять фрукты, чтобы расти и развиваться и, при этом, не болеть.

- А что бы вы хотели узнать о фруктах?

**IV. Открытие новых знаний.**

**1. Рассказ учителя о фруктах.**

- Фрукты - сочные съедобные плоды культурных и дикорастущих растений, которые можно употреблять в пищу. Фрукты имеют большое значение в питании человека. Приятный вкус и биологическая ценность фруктов обусловлены наличием в них значительного количества полезных веществ. Употребление овощей и фруктов стоит на втором месте после круп, макарон, хлеба, которые богаты углеводами - для заряда энергией. Фрукты являются источником многих необходимых человеческому организму витаминов и минеральных солей, они нам нужны, чтобы мы не болели. Недостаток витаминов и минеральных солей, особенно зимой и ранней весной, является одной из причин снижения сопротивляемости организма к различным заболеваниям. Более того, без этих веществ невозможна физическая и умственная деятельность. Необходимо употреблять как можно более широкий ассортимент фруктов, используя их как в сыром виде, так и для приготовления различных блюд. И тогда в вашем организме не будет недостатка витаминов. Большое их значение в диетическом питании. Фрукты являются наиболее доступным, а иногда и единственным источником витаминов, поэтому они необходимы в нашем ежедневном рационе. К фруктам относят также плоды бахчевых культур (дыни, арбуза).

**2. Игра «Закончи фразу». Отгадывание загадок.**

- Ребята, отгадайте загадки, закончив фразу.
1. Желтый цитрусовый плод
В странах солнечных растёт.
Но на вкус кислейший он,
А зовут его … *лимон*.

2. С виду он как рыжий мяч,
Только вот не мчится вскачь.
В нём полезный витамин -
Это спелый … *апельсин.*

3. Он оранжевый и сочный,
Любит Новый год.
Посмотри под ёлку – точно,
Он в подарках ждет!
Этот рыжий господин -
Вкусный сладкий … *мандарин.*

4. Все мы с детства его знаем -
Удивительнейший фрукт,
Апельсин напоминает,
Называется … *грейпфрут.*

5. Знают этот фрукт детишки,
Любят есть его мартышки.
Родом он из жарких стран.
В тропиках растет … *банан.*

6. Ни в полях и ни в садах,
Ни у вас и ни у нас,
А в тропических лесах
Вырастает … *ананас.*

**3. Выступления учеников «Витамины в овощах».**

**Ученик 1.** *Витамин А (каротин)*

- Этот витамин содержится в арбузе, апельсине, киви, яблоке, манго, абрикосе. Этот витамин крайне необходим для человека – он способствует заживлению ран, ожогов, лечению желудочных заболеваний, повышает сопротивляемость организма к простудам и инфекциям. При недостатке витамина А ухудшается, в первую очередь, зрение, наступает общая слабость организма.

**Ученик 2.** *Витамин В1 (тиамин)*

- Этот витамин содержится в грейпфруте, апельсине, манго, лимоне, груше, ананасе. Витамин В1 укрепляет нервную систему, предотвращает нарушения пищеварения, улучшает усвояемость углеводов. Суточная потребность в Витамине В1- 2−3 мг, но его отсутствие может способствовать развитию заболеваний.
**Ученик 3.** *Витамин В2 (рибофлавин)*

- Витамином В2 богат киви. Потребность организма в витамине В2 – 2 мг в день. Этот витамин также укрепляет нервную систему и улучшает усвояемость пищи. Недостаток витамина В2 в организме вызывает выпадение волос, заболевания кожи.

**Ученик 4.** *Витамин В3.*

- Витамином В3 богаты персик, банан, киви, дыня. Основная функция – это помощь в производстве энергии в клетках, стимулирует производство желудочного сока и помогает производству пищеварительных ферментов в печени и поджелудочной железе. Он и сам участвует в расщеплении жиров и углеводов, расширяет мелкие сосуды и помогает снижать давление.

**Ученик 5.** *Витамин В5* *(пантотеновая кислота)*

- Витамином В5 богаты банан и цитрусовые.Витамин В5 нормализует обмен веществ, способствует росту и развитию организма и помогает клеткам вырабатывать энергию, то есть не позволяет стареть. Кроме этого, пантотеновая кислота - один из главных врагов кожных заболеваний. Его назначают даже для борьбы с аллергией.

**Ученик 6.** *Витамин В6**(пиридоксин)*

- Витамином В6 богаты банан и арбуз. Витамин В6 жизненно необходим для нормального функционирования нервной системы (центральной и периферической), а также играет важную роль в обмене жиров и белков.

**Ученик 7.** *Витамин В9 (фолиевая кислота)*

Витамин В9 содержится вкиви, банане, апельсине. Витамин В9 - это витамин, которого чаще всего недостает человеку, а нужен он нашему телу с «головы до ног», поскольку отвечает за качество нашей крови. Витамин B9 участвуют в кроветворении, регулирует углеводный и жировой обмен в организме. При недостатке в пище витаминов В9 развивается малокровие. Также он отвечает за нормальное пищеварение. Если вы испытываете нехватку, то становитесь нервными, а если его в организме достаточно, то вы счастливы. То есть он позитивно влияете на нашу нервную систему.

**Ученик 8.** *Витамин С (аскорбиновая кислота)*

- Витамин С содержится в яблоке, груше, банане, лимоне, апельсине, манго, арбузе. Витамин С предохраняет от заболевания цингой, способствует заживлению ран, переломов, язв, повышает общий тонус организма и, тем самым, способствует его сопротивляемости инфекциям, улучшает усвоение

пищи. Если мы хотим подкормить свой организм витамином С, надо пить свежевыжатые соки, при условии, что будут выпиты сразу после приготовления.

**4. Игра «Отгадай фрукт».** Отгадывание фруктов на слайде.

- Ребята, глядя на изображения на слайде, отгадайте, что это за фрукт.

(На экране изображения половинок фруктов)

**5. Рассказ учителя.**

- Фрукты можно разделить на группы: семейства розовые, средиземноморские и субтропические фрукты, род цитрусовых семейства рутовых, субтропические фрукты, тропические фрукты.

1. Фрукты семейства розовые: семечковые и косточковые:

1) семечковые: яблоко, груша (европейский вид), груша (азиатский вид), айва;

2) косточковые: абрикос, персик, нектарин, алыча.

2. Средиземноморские и субтропические фрукты: инжир, гранат, финик, олива.

3. Род цитрусовых семейства рутовых: грейпфрут, лимон, мандарин, апельсин.

4. Субтропические фрукты: авокадо, киви, маракуйя, хурма.

5. Тропические фрукты: банан, манго, папайя, ананас.

**6. Выступление учеников «Правила обработки и приготовления фруктов».**

**1) Ученик 1 «Правила обработки фруктов».**

- Для того, чтобы максимально сохранить витамины в овощах и фруктах существуют специальные правила их обработки, которых необходимо строго придерживаться. Любые фрукты и ягоды необходимо тщательно промыть. Особо тщательного мытья требуют фрукты и ягоды, употребляемые в сыром виде, без тепловой обработки. Жёсткие и твёрдые фрукты замачивают на 5 - 10 минут и промывают водой под краном в дуршлаге. Можно промывать в ведре или кастрюле, несколько раз меняя воду. Нежные ягоды и фрукты кладут на сито и вместе с ситом несколько раз опускают в сосуд с водой, меняя воду.

Следует учитывать, что при слишком длительном промывании плоды могут частично отдать свой сок и пропитаться водой.

**2) Ученик 2 «Правила приготовления фруктов».**

- Фрукты сортируют в зависимости от их состояния. Целые и неповреждённые плоды оставляют для хранения или для украшения пирожных, тортов и пирогов; незначительно повреждённые - перерабатывают на варенье, а мятые и сильно повреждённые, но не гнилые - на джем, мармелад, пюре или повидло. Если их надо сварить, то их заливают кипящей водой, т.к. при высокой температуре прекращается действие ферментов, разрушающих витамин С. Цвет очищенных плодов, под влиянием кислорода воздуха, изменяется, в них происходит частичное разрушение витаминов. Поэтому очищать плоды надо непосредственно перед использованием.

**7. Защита проекта «Фруктовый салат». Выступление ученика.**

- Сейчас послушаем защиту проекта «Фруктовый салат».

Проект по теме «Фруктовый салат»

План.

1. Что такое фруктовый салат.

2. Посуда для сервировки десертов.

3. Приготовление моего салата.

4. Использованные источники.

1. Что такое фруктовый салат.

Фруктовый салат - блюдо, приготовленное из смеси различных свежих фруктов, порезанных небольшими кусочками. Это десертное блюдо. Обычно к сладким салатам относят фруктовые и ягодные смеси, в которые можно добавить немного кислого молока (сметана, кефир, простокваша, йогурт).

В традиционный рецепт входят яблоко, груша, апельсин, десертный банан. Иногда добавляется виноград без косточек, ананас и мандарин. Фруктовый салат посыпают обычным или коричневым сахаром или добавляют мёд. Во фруктовые салаты иногда также добавляют лимонный сок для придания салату свежести и сохранения внешнего вида фруктов.

2. Посуда для сервировки десертов.

Для сервировки десертов существуют креманки. Креманка – это специальная посуда для подачи сладких блюд и десертов – фруктовых салатов, мороженого, муссов, желе, крема вместимостью в одну порцию. Креманки могут быть изготовлены из различных материалов, таких, как стекло прозрачное или матовое, фарфор, керамика, металл, даже пластик.

3. Приготовление моего салата.

Для приготовления салата понадобится:

1. Апельсин - 1 шт.

2. Банан – 1 шт.

3. Груша – 1 шт.

4. Яблоко – 1 шт.

5. Йогурт – 1 б.

Рецепт приготовления салата:

Берём яблоко. Режем его на кубики (кожицу можно не чистить). Выкладываем в салатник. Чтобы кусочки яблока не почернели, нужно их сбрызнуть соком лимона.

Берём грушу. Грушу лучше выбрать средней твёрдости. Режем её на кубики (кожицу можно не чистить). Выкладываем в салатник.

Берём банан. Банан выбрать лучше твёрдый, среднего размера. Очищаем его от кожицы. Режем на кусочки. Выкладываем в салатник.

Берём апельсин. Чистим его, освобождая каждую дольку от плёночек. Режем на кусочки. Выкладываем в салатник.

Берём баночку любого йогурта, лучше сладкого. Вливаем его в салатник с готовыми продуктами. После того, как в салатник влили йогурт, нужно всё осторожно перемешать.

Салат готов. Выкладываем его в креманки для десерта, рядом с которыми лежат столовые приборы для десерта, бумажные салфетки.

Приятного аппетита!

4. Использованные источники:

1. Технология. 3 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений. /Н.И. Роговцева, Н.В. Богданова, Н.В. Добромыслова; Рос. Акад. Наук, Рос. Акад образования, изд-во «Просвещение». –М.: Просвещение, 2014.

2. [ru.wikipedia.org](http://www.ru.wikipedia.org/)

3. [restorator.name](http://restorator.name/)

4. [luminarc.su](http://luminarc.su/)

**IV. Закрепление полученных знаний.**

**1. Игра «Приготовь компот «Ассорти».**

(На экране изображения фруктов и овощей: малина, огурец, смородина, капуста, крыжовник, томат.)

- Ребята, давайте поиграем в игру «Приготовь компот «Ассорти». Для этого нужно выбрать, какие продукты понадобятся нам для компота. (На экране изображения ягод: малина, смородина, крыжовник.)

**2. Практическая работа «Приготовление фруктового салата»**

- Сейчас мы приготовим фруктовые салаты.

**1) Повторение этапов приготовления салата.**

- Давайте повторим этапы приготовления салата.

1. Выбрать, какой салат будешь готовить.

2. Приготовить продукты.

3. Промыть фрукты, если нужно – почистить.

4. Порезать фрукты на кусочки.

5. Сложить всё в салатник, перемешать.

6. Заправить любой заливкой (йогуртом, сгущёнкой, фруктовым соком).

7. Разложить в креманки, рядом с которыми лежат столовые приборы, салфетки.

**2) Повторение техники безопасности.**

- Ребята, прежде чем приступить к практической работе, давайте повторим правила безопасности труда.

Техника безопасности:

1. Проветрить помещение.

2. Фрукты резать на доске, не отрывая высоко нож от нее.

3. Ножи и вилки передавать ручкой вперед.

4. Во время работы режущие инструменты держать лезвием вниз, не ходить по кабинету с ножом в руках.

5. По окончании работы инструменты передать учителю или положить на определённое место.

**3) Отгадывание загадок.**

- Сейчас мы приготовим два салата. Для этого разделимся на две группы.

- 1-ая группа будет готовить салат из фруктов, о которых вы узнаете из отгадок в загадках.

1. Круглое, румяное,
Я расту на ветке.
Любят меня взрослые,
И маленькие детки. (Яблоко)

2. Яркий, сладкий, налитой,
Весь в обложке золотой.
Не с конфетной фабрики -
Из далёкой Африки. (Апельсин)

3. Огурцы они как будто,
Только связками растут,
И на завтрак эти фрукты
Обезьянам подают. (Бананы)

4. Этот фрукт на вкус хорош
И на лампочку похож.
Он на дереве висит.
Скушать нам его велит. (Груша)

**4) Отгадывание фрукта по его описанию.**

- 2-ая группа будет готовить салат из фруктов, которые вы должны отгадать по их описанию.

1. Плод – округлый, сплюснутый, с тонкой кожицей, покрытой пушком, диаметром 3-10 см. Мякоть сочная, ароматная, сладкого или кисло-сладкого вкуса. Ее оттенок также зависит от сорта, может быть белым, желтым, оранжевым, красноватым. Внутри содержится коричневая крупная, твердая, овальная косточка с заостренной верхушкой.

2. Плод - продолговатый, округлый. По величине, форме, окрасу и вкусу могут быть разными, в зависимости от сорта. Внутри плода содержатся семена, покрытые коричневой кожурой. Используются плоды в свежем, сушеном и консервированном виде, идут на изготовление десертов, соков. Из сушеных плодов изготавливают компоты.

3. [Плод](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BB%D0%BE%D0%B4) длиной 6—9 см, овальный, к обоим концам суженный, с соском на верхушке, светло-жёлтый. Кожура плода толщиной 2-5 мм, лимонно-жёлтая, горьковатая, с характерным ароматом. Мякоть зеленовато-светло-жёлтая, мелкозернистая, сочная, очень кислая. Семена светлые, гладкие, до 20 шт. и более в плоде.

**5) Работа в группах.**

(Дети, под руководством учителя и родителей, готовят салаты)

**а) Приготовление салата 1-ой группы.**

1. Апельсин - 1 шт.

2. Банан – 1 шт.

3. Груша – 1 шт.

4. Яблоко – 1 шт.

5. Йогурт – 1 б.

**б) Приготовление салата 2-ой группы.**

1. Персик – 2 шт.

2. Груша – 2 шт.

3. Лимон – 1 шт.

4. Сахарная пудра – 1-2 ст.л.

5. Сгущённое молоко - 1-2 ст.л.

**3. Работа с пословицами и поговорками.**

- Ребята, мы уже знакомы с некоторыми жанрами устного народ­ного творчества. Давайте вспомним их. (Сказки, пословицы, поговорки, приметы, скороговорки, загадки и т.д.)

- Познакомимся с некоторыми пословицами и поговорками о фруктах. Их рождение связано с практической деятельностью людей, главным образом - с познанием окружающего мира.
*Одна гнилая груша сто груш сгноит.
За ягодами пойдешь – здоровье найдешь.*

[*Тот, кто любит фрукты, должен влезть на дерево, чтобы их сорвать*](http://www.vseposlovicy.ru/694/tot-kto-lyubit-frukty-dolzhen-vlezt-na-derevo-chtoby-ix-sorvat/)*.(англ.)*

**4. Работа с фразеологизмами.**

- Названия фруктов встречаются не только в пословицах и поговорках, но и во фразеологизмах. Послушайте их и, если сможете, объясните, как вы их поняли.

*Яблоку негде упасть.*

*Как* [*выжатый лимон*](http://frazbook.ru/2014/08/03/vyzhatyj-limon/)*.*

**V. Итог мероприятия.**

**1. Беседа по вопросам.**

- Ребята, вот и подошло к концу наше мероприятие.

- Что нового узнали о фруктах?

- Чем полезны для нас фрукты?

- Как лучше готовить фрукты, чтобы при готовке сохранилось больше витаминов?

**2. Работа с карточками.**

- Ребята перед вами лежат карточки. Нужно сложить из них предложение.

*(Дети складывают предложение)*

*Яблоко на ужин – и врач не нужен.*

- Как вы понимаете это высказывание?

**V. Рефлексия.**

- Что вам запомнилось с этого занятия?

- Какое задание было самым интересным?

- Сможете ли вы сделать такие салаты дома?

- А сейчас достаньте смайлики и сами оцените свою работу на нашем занятии.

**VI. Использованные источники.**

1. Плешаков А.А. Мир вокруг нас: учебник для 3 класса четырехлетней начальной школы.- М.: Просвещение, 2014.

2. Плешаков А.А. От земли до неба: атлас – определитель для начальной школы.- М.: Просвещение, 2014.

3. Плешаков А.А. Зеленые страницы: Книга для учащихся начальных классов. - М.: Просвещение, 2014.

4. Плешаков А.А., Румянцев А.А. Великан на поляне, или первые уроки экологической этики: книга для учащихся 3 класса. - М.: «АСТ - Пресс школа», 2014.

5. Федоров А.И. Фразеологический словарь русского литературного языка.

М: Астрель: АСТ, 2008. - 828 с.

6. [wikiznanie.ru](http://www.wikiznanie.ru/)

7. [ru.wikipedia.org](http://www.ru.wikipedia.org/)

8. [allrecipes.ru](http://allrecipes.ru/)

9. [flaminguru.ru](http://flaminguru.ru/)

10. [zagadka.yaxy.ru](http://zagadka.yaxy.ru/)

11. [eti-deti.com](http://eti-deti.com/)

12. [kulinarochka.com](http://kulinarochka.com/)