**Тема:**

**Почему нужно есть много овощей и фруктов?**

**Цели**: сформировать представление об овощах и фруктах,

понятие «витамины», их роль в питании человека ,

формировать соблюдение гигиенических правил при употреблении овощей и фруктов.

**Планируемый результат**: учащиеся научатся различать овощи и фрукты,

узнают, что такое витамины, их роль в жизнедеятельности человека .

**Оборудование**: корзинка с овощами и фруктами, учебник А.А.Плешаков-1класс (часть-2), рабочая тетрадь А.А.Плешаков-1класс (часть-2), итерактивная доска, картинки с овощами и фруктами, цветные карандаши.

**1.Организационный момент:** (2мин)

Почему же важно овощи и фрукты различать?

И зачем же в пищу нужно много их употреблять?

Как здорово всем нам вместе ответы искать,

Всё больше и больше хотим мы узнать.

**2.Актуализация знаний:** (3мин)

-Давайте вспомним, что мы знаем о растениях и назовём их основные части

(корень, стебель, листья, плод, семена)

-У каких растений мы едим стебли и листья?

(салат, капуста, петрушка, укроп)

-У каких растений мы едим корнеплоды?

(морковь, свекла, картофель)

-У каких растений мы едим плоды?

(помидор, огурец, слива)

**3.Самоопределение деятельности:** (3мин +1мин –чтение детьми)

-Незнайка пришёл в гости, да с подарками в корзинке.

(в корзинке накрыты овощи и фрукты)

- Вы всегда радуетесь подаркам?

-По дороге к нам Незнайка споткнулся, всё содержимое рассыпалось и смешалось.

(Учитель открывает корзинку с овощами и фруктами.)

-Что же он нам принёс?

-Как вы думаете, зачем нам Незнайка принёс столько овощей и фруктов?

(Потому, что в них много витаминов)

-А что такое витамины?

(Витамины – это полезные вещества)

-Как вы думаете, о чём мы сегодня будем говорить?

-Откройте учебник на стр.54.,прочитайте тему урока и задачи на урок.

**4.Работа по теме урока** (слайд -1)

а) (2мин)

-Ребята, Незнайка не может успокоиться. Он пытается разложить всё, так как было (овощи отдельно, фрукты отдельно), но никак не может с этим справиться. Давайте ему в этом поможем.

**(работа в парах)** (3мин)

-Прекрасно справились. Предлагаю теперь отметить в рабочих тетрадях овощи и фрукты разными цветами и выполнить проверку товарища по парте.

**Физминутка** **«Вершки и корешки»**  (2мин)

- Я буду называть овощи, если мы едим подземные части (корешки) – надо присесть, если наземные (вершки) – встать во весь рост, вытянув руки вверх.

Картофель, перец, морковь, помидор, свёкла, капуста, редис, кабачок, репка,

б) (5 мин)

-Ребята, вы прекрасно справились с определением овощей и фруктов на картинке. А сможете ли вы узнать их по определённым признакам?

(Дети читают загадки, а на доске появляются изображения, которые подтверждают отгадку.)

                                    С виду он как рыжий мяч,

     Только вот не мчится вскачь.

     В нём полезный витамин –

     Это спелый ... *(Апельсин)* (слайд -2)

Круглое, румяное,

Я расту на ветке;

Любят меня взрослые

И маленькие детки. ( *Яблоко*) (слайд -3)

В садочке есть плод,

Он сладок, как мёд.

Румян, как калач,

 Но не круглый, как мяч.

Он под самой ножкой

Вытянут немножко (*Груша*) (слайд -4)

На сучках висят шары.

Посинели от жары. **(** *Сливы* **)** (слайд -5)

**-** Как назвать всё это одним словом? (это фрукты) (слайд -6)

-Где растут фрукты? ( в саду)

На грядке длинный и зеленый  
А в банке он уже солёный. (*Огурец*) (слайд -7)

Сидит девица в темнице,  
 А коса на улице. (*Морковь*) (слайд -8)

Скинули с Егорушки Маленький, горький,  
Золотые перышки – Луку брат. (*Чеснок*) Заставил Егорушка (слайд – 10)  
Плакать без горюшка. (*Лук*) (слайд -9)

**-** Как назвать всё это одним словом? (это овощи) (слайд - 11)

-Где растут овощи? ( в огороде)

**Физминутка**  с пандой(3мин)

.(пока идёт физминутка, учитель раздаёт картинки с овощем или фруктом )

-Хорошо отдохнули, теперь нам нужно хорошо потрудиться.

Предлагаю заселить сад и огород (2 мин)

**(работа всего класса и каждого ученика по отдельности)**

(Дети выходят к доске и помещают картинку с овощем или фруктом на своё место.)

в) (слайд -12)

**(работа группами)**  ( 7мин)

После работы в саду и огороде дети делятся на три группы и самостоятельно изучают витамины : А, В, С.

(Для работы используется текст учителя и учебник)

Ребята рассказывают об овощах и фруктах, которые содержатся в определённом витамине.

**Витамин А**  нужен человеку для того ,чтобы хорошо расти, хорошо видеть, иметь крепкие зубы. **Витамин А** содержится в капусте, моркови, помидоре, сладком перце. (слайд – 13)

**Витамин В**  нужен человеку для того ,чтобы сильным, иметь хороший аппетит, не огорчаться и не плакать по пустякам. **Витамин В** содержится в свекле, репе, яблоках, зелени салата. (слайд – 14)

**Витамин С**  нужен человеку для того ,чтобы реже простужаться, быть бодрым, быстро выздоравливать при болезни. **Витамин С** содержится в лимоне, апельсине, чёрной смородине, красной смородине, луке. (слайд – 15)

г) (1мин)

Дети ,посмотрите, Муравьишка хочет съесть морковку но Злючка-Грязючка тут как тут. Как мы можем от неё избавиться. (вымыть морковку и вымыть руки.) (слайд – 16)

**5.Рефлексия .** (2 мин)Узнавание с закрытыми глазами фрукта или овоща.

**6.Подведение итогов (** проектная деятельность) (5 мин+1мин +1мин)

а) Работа по составлению памяток по овощам и фруктам.

**Памятка по овощам**

1. Овощи растут\* \* в саду (на дереве, на кустике)

\* в огороде (на грядке)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Овощи \* \* (чаще) сладкие

\* (чаще) несладкие

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. В овощах\* \*много витаминов

\* мало витаминов

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Овощи\* \* необходимы в питании человека

\*не нужны в питании человека

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Овощи\* \* всегда нужно мыть

\*не нужно мыть

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Памятка по фруктам**

1. Фрукты растут\* \*в саду (на дереве, на кустике)

\* в огороде (на грядке)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Фрукты \* \*(чаще) сладкие

\* (чаще) несладкие

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Во фруктах\* \* много витаминов

\* мало витаминов

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Фрукты \* \* необходимы в питании человека

\* не нужны в питании человека

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Фрукты \* \* всегда нужно мыть

\*не нужно мыть

б)

-Мудрая Черепаха решила сварить борщ, а Муравьишка компот. Давайте им поможем.

-В рабочей тетради на стр. 43, найдите задание № 2. Соедините стрелками необходимые овощи и фрукты с кастрюлей Черепахи, и с кастрюлей Муравья.

- Мудрая Черепаха приготовила для вас стихотворение, которое поможет правильно приготовить борщ.

Не сварить нам вкусных щей

Без воды и овощей.

Нам для щей нужна картошка

И морковочки немножко,

Перец, лук, укроп, петрушка

И воды большая кружка.

Но важней всего - капуста!

Режем. Сыпем густо-густо.

в)Самооценка

Если вы считаете, что у вас всё получилось, то выберите кружочек.

Если вы считаете, что что-то не получилось, то выберите квадрат.

Если вы считаете, что вам нужна помощь товарища или учителя, то выберите треугольник.

Кому понравился урок ,поставьте на доске +. ,Кому не понравился урок ,поставьте на доске - . Спасибо за работу.