Окружающий мир, 2 класс, 20 апреля.

Тема урока: **«Россия на карте»**

1. Начинаем урок окружающего мира.

Какие явления происходят весной в неживой и живой природе?

Подсказка:

  

1. **Над Россией солнце светит,**

**И дожди шумят над ней.**

**В целом свете, в целом свете**

**Нет страны ее родней!** (О. Высотская)

1. О чём говорится в этом стихотворении? Предположи, о чём мы будем сегодня говорить на уроке?
2. Открой учебник на с.90 и прочти тему урока «Россия на карте».

Ниже прочти, какие учебные задачи мы поставим перед собой.

1. Знакомо ли тебе слово «карта»? Как ты думаешь, что это такое? Предположи, для чего нужна карта? В чём она может помочь?

Сравни свои ваши ответы с определением в учебнике на с. 91.

Зачем нужно изучать карту?

1. Для того чтобы путешествовать по карте, надо научиться её читать.

*Читать карту* – это не значит читать только надписи. Надо понимать и особый язык карты – условные знаки (обозначения и цвет).

Как читать карту ты узнаешь, прочитав текст в учебнике на с 94. Прочти его.

1. Что такое условные знаки? Давай познакомимся с теми, которые нам встретятся на карте. Рассмотри знаки на с.95 в зеленой рамке.
2. Теперь попробуем прочитать карту России, зная условные обозначения.

Открой учебник на с.90, 91. Найди на карте столицу России, её государственную границу.

1. Рассмотри фотографии на с.92, 93. Прочти, какие географические объекты на них изображены (с.93). Найди эти места на карте России (с.90,91)
2. Подведем итоги. Прочитайте вывод на с. 95 жирным шрифтом.
3. Домашнее задание: ответь на вопросы в красной рамке с.95 устно.

Урок окончен! Молодец!

1. **класс**

**Тема «Питание человека»**

**Цели урока:**

* ознакомить с понятиями: «правильное питание», «полезные продукты»,

«витамины»;

* учить различать полезные и вкусные продукты;
* познакомить с правилами правильного питания;
* развивать внимание, память, мышление;
* воспитывать культуру питания;
* прививать навыки здорового образа жизни.

**Оборудование:** выставка книг о вкусной и здоровой пище, презентация «Здоровое питание», пословицы, загадки, картинки с изображением продуктов питания.

**Ход урока**

1. **Релаксация**

Положите голову на парту. Закройте глаза. Доверяйте своей интуиции и смело смотрите в будущее. Вы всегда на правильной дороге, которая ведет в счастливое настоящее, и с каждым днем крепнет ваше здоровье. А сейчас вы откроете глаза, бодрые, отдохнувшие, получите новые знания легко и свободно. Учитесь, стремитесь к лучшему, идите вслед за радостью, и удача станет вашей постоянной и приятной спутницей.

1. **Сообщение синоптиков**

Пожалуйста, сделайте прогноз погоды на сегодняшний день. (Например: погода ясная, температура воздуха ниже нуля, осадков нет, ветер.)

1. **Организационный момент**

Подготовиться к уроку нам помогут загадки. Читаем их на слайдах,

|  |  |
| --- | --- |
| думаем над характерными внимательны (слайды). | признаками отгадки и отгадываем. Будьте |
| Сидит она на грядке | На грядке силу копила, |
| В земляной кроватке, | К хозяйке в борщ угодила. |
| На ней сотня одежек | *(свекла)* |
| И все без застежек, | Скинули с Егорушки |
| Зеленая да русенькая, | Золотые перышки - |
| Утром на ней бусинки. | Заставил Егорушка |
| *(капуста)* | Плакать и без горюшка. |
| Кругла, а не месяц, | *(лук)* |
| Желта, а не масло, | Лежит на грядке зеленый |
| С хвостом, а не мышь. | здоровячок, а имя ему... |
| *(репа)* | *(кабачок)* |
| На островок налетел ураган, | Круглое, румяное |
| На пальме остался последний | .. С дерева достану я, |
| *(банан)* | На тарелку положу: |
| Как слива, темна, | «Кушай, мамочка», - скажу. |
| Как репа, кругла. | *(яблоко)* |

* Ребята, как бы вы предложили назвать все наши отгадки к загадкам? (овощи и фрукты)
* А сейчас посмотрим, какие вы внимательные.
* Сколько всего было овощей и фруктов? (7)
* Сколько было овощей? (5)
* Сколько было фруктов? (2)
* Какие фрукты вы любите?
* А овощи? Например: кабачок, репу?..
* Как вы думаете, овощи и фрукты - полезные продукты? Почему?
* Недаром говорится в пословицах: «Овощи - кладовая здоровья», «Овощи и фрукты - полезные продукты». (слайд)
* Давайте послушаем мнение доктора Неболейки. (слайд)

«От правильного питания человека зависят его нормальный рост, развитие и здоровье. Организм сопротивляется лучше различным болезням, в том числе инфекционным, если правильно питаться. Пища должна дать организму все необходимое для происходящего в нем усиленного роста и развития. Необходимо, чтобы она содержала в себе те вещества, из которых состоит человеческий организм: белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества и воду».

1. **Актуализация опорных знаний**
* Прочитайте пословицы (слайд):
1. Хорошего понемножку, сладкого не досыта.

Б) Сладок мед, да не по две ложки в рот.

1. Г речневая каша - матушка наша, а хлебец ржаной - отец наш родной.

Г) Если много съешь, то и мед горьким покажется.

Д) Наелся, как бык, не знаю, как быть.

Е) Когда я ем, я глух и нем.

* Что объединяет все эти пословицы?
* Давайте сделаем вывод, какой будет тема нашего урока? («Питание человека») (слайд)
1. **Совместное целеполагание**
* Тема нашего урока - «Питание человека».
* Изучая эту тему, что мы должны к концу урока знать и уметь?

Знать:

А) Что такое правильное питание.

Б) Правила питания.

Уметь:

А) Выбирать полезные продукты.

- Как вы думаете, пригодятся ли вам эти знания в жизни?

«Дорогие ребята, один продукт не может дать всех питательных веществ, которые необходимы для поддержания хорошего здоровья. Одни продукты дают организму энергию, чтобы хорошо двигаться, хорошо думать, не уставать. Это масло, сыр, мед, изюм, различные крупы: гречка, рис, геркулес. Другие продукты помогают строить организм, делать его более крепким и сильным. Это такие продукты, как творог, мясо, рыба, яйца, орехи. А третьи - фрукты и овощи - содержат много витаминов и минеральных веществ, которые и помогают расти и развиваться организму (ягоды, зелень, капуста, морковь, бананы).

Каждое время года определяет меню за завтраком, обедом и ужином. Зимой вам необходимо как можно больше употреблять витаминов, пища должна быть разнообразной. Много витаминов содержится в кислой капусте, моркови, фруктах и овощах.

Пищу необходимо правильно принимать. Человеку требуется определенное количество пищи, которую следует принимать 4-5 раз в сутки в течение дня в одни и те же часы.»

1. **Физкультминутка** (слайд)

Я с горы на лыжах еду,

Мишка кубарем летит.

Прибежали мы к обеду И пришел к нам Аппетит.

Вместе с ним за стол мы сели,

С Аппетитом все мы съели.

Приходи к нам, Аппетит!

Наша мама говорит,

Что хороший Аппетит Никому не повредит.

1. **Работа в парах**

**А) Игра «Собери полезные продукты»**

* Рассмотрите таблицу и выберете те продукты, которые являются полезными. Докажите это.
* Прочитайте написанные на слайде продукты. Как мы их назовем? (неполезные) (слайд)
* Что с ними делать? (как можно меньше их употреблять, а лучше совсем исключить их из своего питания)
* Посмотрите на картинки и найдите закономерность. Какая картинка должна стоять следующей? (огурец, груша...)
* Посмотрите на эти картинки и скажите, на какие две группы можно разбить эти продукты. (творог, масло, молоко, сыр, капуста, огурец, яблоко, банан - на продукты растительного и молочного происхождения).

**Б) «Разговор о правильном питании»**

* Давайте найдем подтверждение правильности выбранных продуктов в тексте. (слайд «Разговор о правильном питании»)

Если хочешь вырасти красивым, здоровым и сильным, надо есть полезные продукты. Они нужны человеку каждый день. В этих продуктах есть вещества, без которых человек не может расти и быть здоровым, - это витамины.

Витаминов много, но самые главные - это витамины А, В, С, D.

**В) Проблемная ситуация**

* Подумайте в парах, можно ли приготовить обед, если у вас есть только свекла, картофель, капуста, лук. (борщ, картофельное пюре)

**Г) Составление коллективной памятки** «**Золотые правила**

**питания**» (слайд)

1. Перед едой всегда тщательно мойте руки.
2. Главное - не переедайте.
3. Ешьте в одно и то же время простую, свежеприготовленную пищу, которая легко усваивается и соответствует потребностям организма.
4. Тщательно пережевывайте пищу, не спешите глотать.
5. Не разговаривайте и не читайте во время еды. Это мешает хорошему пережевыванию пищи.
6. Перед приемом пищи сделайте 5-6 дыхательных упражнений, мысленно поблагодарив всех, кто принял участие в создании продуктов, из которых приготовлена пища.
7. Никогда не забывайте о правилах культурного поведения за столом.
8. **Итог урока**
* Справились ли мы с задачами, поставленными в начале урока?
* Узнали ли мы, что такое правильное питание и правила питания? Как вы это усвоили: хорошо, не очень хорошо?
* Сумеете выбрать для себя полезные продукты? Если сумеете, то отметьте на шкале самооценки «умею».
* Какое задание на уроке было самым интересным?
* Какое задание было самым трудным?
1. **Домашнее задание**