

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
гимназия № 44 г. Сочи  
имени Героя Социалистического Труда Василия  
Александровича Сухомлинского



Методическая разработка  
**«Из чего состоит наша пища»**

**Вакуленко А. Г.**

учитель начальных классов

**Питинова Н. В.**

учитель английского языка

ФИО педагогов:	Вакуленко Аэлиа Георгиевна	Питинова Наталья Владимировна
Полное название ОО:	Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение гимназия № 44 г. Сочи имени Героя Социалистического Труда Василия Александровича Сухомлинского	
Должность, класс/ группа:	учитель начальных классов	учитель английского языка
Тема методической работы:	«Из чего состоит наша пища»	

### **Пояснительная записка**

Данная методическая разработка представляет сценарии внеклассных мероприятий и рассчитана на детей 9-11 лет и их родителей. Методическая разработка предназначена для учителей начальной школы и английского языка. Замысел разработки обусловлен возрастными особенностями обучающихся, их личными интересами и потребностями. Идея создания меню обеда из ресторана быстрого питания с учетом правил правильного питания для ребенка своего возраста, по нашему мнению, как нельзя лучше способствует решению одной из основных задач современного образования – развития функциональной грамотности обучающихся.

Цель разработки - научить детей структурировать полученные знания о структурных компонентах пищи, развивать умение перехода от частного к общему и наоборот, научить видеть каждое новое знание, изученный способ действий в рамках всей изучаемой темы. Цель и задачи занятий были сформулированы в соответствии с требованием ФГОС и учетом дифференцированного и личностно-ориентированно подхода в обучении. Занятие рекомендуется проводить в рамках модуля «Две недели в лагере здоровья», после изучения темы 2 «Из чего состоит наша пища».

**Внеклассное мероприятие для обучающихся** проводится с помощью технологии интерактивного обучения – кейс технологии (ситуационно - ролевые игры- дети в роли диетологов). Так как использование кейс – технологии в обучении позволяет преподавателю реализовать проблемное обучение, оценить сформированность компетенций обучающихся, способствует развитию метапредметных знаний и умений обучающихся, в том числе коммуникативных навыков.

**Совместное внеклассное мероприятие для детей и их родителей** проводится в форме игры «Своя игра». На мероприятии обучающиеся делятся своими знаниями о принципах правильного питания с родителями (выступают представители групп диетологов), затем «знания» родителей проверяются с помощью игры «Своя игра», дети в этот момент выступают в роли зрителей. К концу игры игроки зарабатывают определенную сумму «денег», которую затем «тратят» в ресторане быстрого питания, выбирая обед на заработанную сумму из предложенного меню.

### **Внеклассное мероприятие для детей 9-11 лет**

*Тема занятий: Из чего состоит наша пища*

*Тип урока:* Урок систематизации знаний и их комплексного применения

*Цель:* выработка умений самостоятельно применять знания в комплексе, в новых условиях.

### **ЗАДАЧИ:**

#### **Образовательные:**

- дать детям представление об основных группах питательных веществ — белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме;
- дать детям представление о том, какие питательные вещества содержатся в различных продуктах;
- формировать умение читать и понимать основное содержание текста, основанного на знакомом материале; активизировать изученные ранее слова и выражения по теме «Еда»;

#### **Развивающие:**

- формировать представление о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья;
- формировать умение самостоятельно работать с информационными источниками (газетами, книгами, журналами).
- приобщить детей к новому социальному опыту с использованием
- иностранного языка;
- развивать речевые, интеллектуальные и познавательные способности и общеучебные умения, мотивации к дальнейшему овладению иностранным языком;

#### **Воспитательные:**

- прививать детям культуру правильного питания, бережное отношение к своему здоровью;

- воспитывать и разносторонне развивать младших школьников средствами иностранного языка.

*Оборудование:* компьютер, колонки, проектор;

*Раздаточный материал:* бейджи с названием профессий, рефлексивный экран, меню «ресторана быстрого питания», таблица характеристики пищи;

**Личностные УУД:** формировать умение определять и высказывать под руководством педагога самые простые этические нормы; в предложенной педагогом ситуациях делать самостоятельный выбор.

**Регулятивные УУД:** определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя; иметь способности к целеполаганию; учиться работать по предложенному учителем плану;

**Коммуникативные УУД:** формировать умение донести свою позицию до остальных участников практической деятельности: оформлять свою мысль в устной речи; слушать и понимать речь других; совместно договариваться о правилах общения и следовать им;

**Познавательные УУД:** формировать умение использовать полученные знания с целью поиска необходимой информации в различных источниках для решения учебных задач;

**Предметные УУД:** ученики научатся или получать возможность научиться: описывать признаки предметов и узнавать по их признакам; выделять существенные признаки предметов; сравнивать между собой предметы, явления; обобщать, делать несложные выводы.

*Межпредметные связи:* окружающий мир (биология), английский язык

За неделю до занятия необходимо познакомить обучающихся с проблемной ситуацией, совместно выявить проблемы и предложить пути их решения. (время занятия: 20 минут)

Этап / подэтап учебного занятия Кейс – стадия:	Деятельность учителя	Деятельность ученика
<b>Знакомство с ситуацией, её особенностями</b> 1 мин.	Познакомить обучающихся с проблемой: <u>Учитель:</u> Школьный доктор забила тревогу! Уже который понедельник к ней идут дети из всех классов начальной школы с жалобами на боль в животе.	Слушают учителя.
<b>Выявление основной проблемы, выделение персоналий, которые могут реально воздействовать на проблему</b> 5 мин.	<b>Деятельность учителя</b> <u>Учитель:</u> Как вы думаете, почему это происходит с детьми в начале рабочей недели? Выслушать ответы детей, подвести их к идеи, что дети на выходных едят слишком много вредной пищи. (Доктор предположила, что это может быть связано с тем, что едят дети на выходных.)	<b>Деятельность ученика</b> Отвечают на вопросы учителя
<b>Предложение концепций или тем для «мозгового</b>	<b>Деятельность учителя</b> <u>Учитель:</u> Что такое вредная пища? Чем она отличается от полезной? Где чаще всего вы питаетесь, когда гуляете в выходные с семьей?	<b>Деятельность ученика</b> Отвечают на вопросы учителя. В парах обсуждают и заполняют

<p><b>штурма»</b> 7 мин.</p>	<p>Что значит фаст-фуд? В ресторанах такого рода много блюд имеют иностранные названия. Можно ли, зная английский язык, по одному названия определить состав блюда?</p> <p>(Сравнение представить в виде таблицы)<i>приложение 1</i></p> <p><i>Подвести детей к мысли, что в зависимости от состава, пища может быть вредной и полезной.</i></p>	<p>таблицу.</p>
<p><b>Анализ последствий принятия того или иного решения</b> 7 мин.</p>	<p><b>Деятельность учителя</b></p> <p><u>Учитель:</u> Как решить эту проблему? Можно ли правильно питаться, например, в любимых всеми детьми ресторанах быстрого питания, где принято считать, продают только вредную еду?</p> <p>Сформулировать и записать на доске несколько ответов на вопрос и пути их решения.</p> <p><i>Нельзя питаться – не получать удовольствия от выходных, от прогулок и совместных обедах с родными и друзьями.</i></p> <p><i>Можно есть все – иметь постоянные проблемы со здоровьем.</i></p> <p><i>Можно есть умеренно – наслаждаться жизнью.</i></p> <p><i>Определить задачу - выяснить, из чего состоит наша пища</i></p> <p><u>Учитель:</u> Попробуем себя в роли диетологов. У каждого из вас будет узкая специализация.</p> <p>Разделить класс на группы из 3-5 человек с помощью бейджа – названий специализации. <i>Приложение 2</i></p> <p>Всем группам предложить изучить функцию веществ в организме и</p>	<p><b>Деятельность ученика</b></p> <p><i>Отвечают на вопросы учителя.</i></p> <p><i>Делятся на пять групп:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Диетологи, изучающие белки.</li> <li>– Диетологи, изучающие жиры.</li> <li>– Диетологи, изучающие углеводы.</li> <li>– Диетологи, изучающие мин. вещества и витамины.</li> <li>– «Тайная профессия» (переводчики)</li> </ul> <p><i>Диетологи изучат источники:</i></p> <p><i>Рабочую тетрадь «Две недели в лагере здоровья» и готовят доклад</i></p>

	<p>подготовить доклад по теме. <i>Изучить источники: Рабочую тетрадь «Две недели в лагере здоровья»</i></p> <p><i>Переводчикам предложить изучить меню популярных ресторанов быстрого питания и составить словарь наиболее непонятных на их взгляд названий. Возможно, по названию можно узнать состав блюда?</i></p>	<p>на тему своей «специализации»</p> <p><i>Переводчики изучают меню популярных ресторанов быстрого питания и составляют словарь наиболее непонятных на их взгляд названий.</i></p>
--	---	--

**Решение следующих этапов кейса представляет собой отдельное занятие:**

*(время занятия: 40 минут)*

Этап / подэтап учебного занятия Кейс стадии	Деятельность учителя	Деятельность ученика
<b>Начало занятия:</b> <b>Организационный момент</b> 1 мин.	Приветствует обучающихся, просить их сесть в группах, согласно выбранным «профессиям»	Приветствуют учителя, занимают соответствующие места.
<b>Мотивационная актуализация (постановка цели занятия)</b> 1 мин.	<p><b>Деятельность учителя</b></p> <p>Напоминает обучающимся о проблеме. - Школьный доктор забила тревогу! Уже который понедельник к ней идут дети из всех классов начальной школы с жалобами на боль в животе.</p> <p>Представляет сформулированные ранее ответы детей и пути решения</p>	<p><b>Деятельность ученика</b></p> <p>Отвечают на вопросы учителя.</p>

	проблемы (можно записать на доске несколько ответов на вопрос и пути их решения).	
<i>Решение кейса</i> <i>20 мин.</i>	<b>Деятельность учителя</b>	<b>Деятельность ученика</b>
	<p><u>Учитель:</u> Что входит в состав нашей пищи?</p> <p>(В состав нашей пищи входят питательные вещества – белки, жиры, углеводы, минеральные вещества и витамины. Все они необходимы для нормальной работы организма, но в разных количествах. Нехватка какого-то вещества может привести к серьезным нарушениям в работе организма или даже заболеваниям. Источниками питательных веществ являются разные продукты и блюда.)</p> <p>- Что требуется для роста нашему организму?(белки)</p> <p><u>Группа «диетологов» рассказывает</u> то, что им удалось узнать <u>о белках</u>.</p> <p>Вопросы на усвоение материала:</p> <p>-В каких продуктах содержится больше всего белков?</p> <p>- Какие важнейшие функции выполняют белки в организме?</p> <p>- Сколько граммов белка должны получать дети в вашем возрасте?</p> <p>- Назовите продукты содержащие белки растительного и животного происхождения.</p> <p>- Что снабжает нас энергией в течение дня?</p> <p><u>Группа «диетологов» рассказывает</u> то, что им удалось узнать <u>об углеводах</u>.</p>	<p>Отвечают на вопросы учителя.</p> <p>Договариваются в группе о том, кто будет представлять результат работы группы.</p> <p>Слушают выступления одноклассников и отвечают на вопросы.</p>



	<p>Вопросы на усвоение материала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Назовите основные источники углеводов.</li> <li>- Все ли продукты, содержащие большое количество углеводов, полезны?</li> <li>- Какова ежедневная потребность школьников в углеводах?</li> <li>- Что в организме исполняет роль не только энергетического резерва, но и входит в состав структурных частей всех органов и тканей?</li> </ul> <p><b><u>Группа «диетологов» рассказывает</u></b> то, что им удалось узнать <b><u>о жирах.</u></b></p> <p>Вопросы на усвоение материала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сколько граммов жира в день необходимо детям школьного возраста?</li> <li>- В какой пище содержатся жиры?</li> <li>- Что необходимо потреблять ребенку для того, чтобы удовлетворить суточную потребность в жирах?</li> <li>- Из чего, помимо белков, жиров и углеводов состоит наша пища?</li> </ul> <p><b><u>Группа «диетологов» рассказывает</u></b> то, что им удалось узнать <b><u>о витаминах и минеральных веществах.</u></b></p> <p>Вопросы на усвоение материала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Почему необходимо потреблять витамины минеральные вещества?</li> <li>- Зачем нам нужен витамин А? Витамин D?</li> <li>- В каких продуктах содержится больше всего витамина Е?</li> <li>- В меню ресторанов быстрого питания порой можно встретить блюда с непонятным названием, а значит и составом. Сейчас переводчики</li> </ul>	
--	--	--

	<p>помогут нам разобраться в этом вопросе.</p> <p><b><u>Группа «Переводчиков» рассказывает</u></b> то, что им удалось узнать <b><u>о названиях блюд.</u></b></p> <p>- Проверьте себя, в группах подберите к словам на карточках перевод.</p> <p><i>Приложение 4</i></p>	
<p><b><i>Контрольное задание на проверку умения применять полученные знания на практике</i></b></p> <p><i>15 мин.</i></p>	<p><b>Деятельность учителя</b></p>	
	<p>- Сегодня мы еще раз убедились в том, что наша пища должна быть разнообразна и соответствовать правилам здорового питания. Пора отправиться в ресторан и пододрать себе обед, который соответствует этим принципам.</p> <p>Предлагает выбрать из предложенного меню ресторана быстрого питания обед из нескольких блюд и напитков, которые бы отвечали принципам здорового питания. <i>Приложение 6</i></p> <p><i>Вовремя выполнения детьми задания, контролирует действия обучающихся в группах.</i></p>	<p><b>Деятельность ученика</b></p> <p>В группах составляют свое меню обеда и презентуют его классу.</p>
<p><b><i>Рефлексия</i></b></p> <p><i>3 мин.</i></p>	<p><b>Деятельность учителя</b></p>	<p><b>Деятельность ученика</b></p>
	<p>Подводит итог урока с помощью «рефлексивного экрана».</p> <p><i>Приложение 3</i></p>	<p>Сообщают, что нового они узнали на уроке, продолжая одну из фраз «Рефлексивного экрана»</p>

**Внеклассное мероприятие совместно с родителями.**

**Тема** «Разговор о правильном питании», «Из чего состоит наша пища»

**Цель:** -формировать у родителей представление о необходимости правильного разнообразного питания как обязательном условии здоровья детей

**Задачи:** - закрепить у обучающихся знания и напомнить родителям об основных группах питательных веществ— белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме;

-закрепить у детей и их родителей представление о том, какие питательные вещества содержатся в различных продуктах;

-развивать культуры коллективного общения.

-формировать навыков общения, умения работать в коллективе.

- содействовать сближению родителей и детей посредством включения в совместную творческую деятельность.

- формировать навыки финансовой грамотности обучающихся;

**Форма проведения:** интерактивная викторина.

**Оборудование:** компьютер, мультимедийный проектор, ручки, сигнальные карточки, листы для подсчета заработанных «денег», меню ресторана быстрого питания, листы формата А4 для финального задания; *Ссылка на интерактивную презентацию в программе Power Point:* <https://cloud.mail.ru/public/JK9n/s9f9GiXD6>

**Продолжительность игры:** 60 минут

Этап	Содержание
<b>Мотивационная актуализация (постановка цели занятия) 2 мин.</b>	Педагог знакомит родителей и детей с проблемой: - Школьный доктор забила тревогу! Уже который понедельник к ней идут дети из всех классов начальной школы с жалобами на боль в животе. - Рассказывает о проведенном ранее занятии, представляет команды диетологов.

<p><b>Выступления обучающихся</b> <b>10 мин.</b></p>	<p>Группы детей «Диетологов» сообщают родителям, что основными компонентами, входящими в состав пищи, являются белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли. Дети рассказывают о роли белков, жиров и углеводов в жизни человека.</p>
<p><b>Проведение игры</b> <b>«Своя игра»</b> <b>30 мин.</b></p>	<p><b><u>Правила игры</u></b></p> <p>Ссылка на интерактивную презентацию в программе PowerPoint: <a href="https://cloud.mail.ru/public/JK9n/s9f9GiXD6">https://cloud.mail.ru/public/JK9n/s9f9GiXD6</a></p> <p>В игре принимают участие команды – состоящие из родителей обучающихся. Их основная цель – отвечать на вопросы и зарабатывать как можно большее число очков. В начале игры у каждой команды на счету 0 очков.</p> <p>Суть игры заключается в том, что команды отвечают на вопросы различной стоимости, пытаясь опередить друг друга. Основной раунд содержит 16 вопросов – 4 темы по 4 вопроса в каждой. Каждый вопрос темы имеет свою стоимость – она возрастает от 10 до 100 очков (рублей), чем выше цена вопроса, тем он, как правило, сложнее.</p> <p>Начинается игра с выбора одного из 16 вопросов. Вопрос зачитывается вслух ведущим, и любой из игроков может нажать на кнопку и дать ответ на него. Игроки могут нажимать на кнопку не в любой момент, а только после прочтения его ведущим. В случае правильного ответа стоимость вопроса прибавляется к счёту ответившей команды, и она выбирает следующий вопрос. В случае неверного ответа очки снимаются со счёта ответившей команды, а оставшиеся команды получают право нажать кнопку и дать свой ответ. Если в течение пятнадцати секунд на вопрос никто не отвечает, то ведущий объявляет правильный ответ, а следующий вопрос выбирает тот же, что выбирал и предыдущий вопрос.</p> <p>Игра продолжается до тех пор, пока в нём не будут разыграны все вопросы.</p> <p>На вопрос -«кот в мешке» отвечает тот, кому отдает это право знаток, выбравший вопрос.</p>

	<p>Победителем игры объявляется тот, кто по итогам финального раунда набрал наибольшую сумму очков. Победитель награждается дипломом.</p> <p>Мероприятие проводит 1 ведущий, оценивает работу команд — жюри (из числа обучающихся).</p> <p>Описание презентации:</p> <p>Слайд 1 – титульный слайд. На нем вы указываете название викторины. Там же есть кнопка «Начать игру». Нажав на эту кнопку, вы перейдете к меню выбора вопросов.</p> <p>Слайд 2 – слайд выбора категории и стоимости вопроса. Выбрав категорию и стоимость вопроса, нажмите на соответствующую цифру. Вы автоматически перейдете на нужный слайд.</p> <p>Слайды 3-18 (кроме 7 и 16 слайдов) – слайды с информацией по выбранному вопросу. Заголовок содержит название категории и стоимость вопроса. В соответствующих рамках вы можете задать вопрос и написать правильный ответ. В правом нижнем углу имеется стрелка, нажав на которую вы перейдете на Слайд 2.</p> <p>Слайды 7 и 16 – слайды с заданием «Кот в мешке». Слайды содержат заголовок «Кот в мешке», рисунок кота в мешке. В соответствующих рамках вы можете задать вопрос и написать правильный ответ. В правом нижнем углу имеется стрелка, нажав на которую вы перейдете на Слайд 2.</p> <p>Рекомендации по работе с презентацией:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Откройте презентацию в полноэкранном режиме.</li> <li>2. Для начала викторины нажмите кнопку «Начать игру».</li> <li>3. Для перехода к вопросу нажмите на соответствующую цифру. Вопрос загрузится сразу же. После того, как участник даст свой ответ на вопрос, нажмите на любую клавишу клавиатуры, чтобы вышел правильный ответ.</li> <li>4. Для перехода к выбору категории и стоимости вопроса нажмите на стрелку в нижнем правом углу.</li> <li>5. Обратите внимание, что цифры в таблице на Слайде 2 окрашиваются в белый цвет, если вопрос уже был</li> </ol>
--	--

	<p>выбран.</p> <p>6. Для Слайдов 7 и 16: обратите внимание, что на данных слайдах текст вопроса не появляется сразу. По правилам участник, которому достался кот в мешке, передает этот вопрос другому участнику. После того, как участнику передадут вопрос, необходимо нажать на любую клавишу клавиатуры, чтобы выплыл вопрос. После того, как участник даст ответ, нажмите на любую клавишу клавиатуры, чтобы появился правильный ответ.</p> <p>7. Переход по щелчку отключен на всех слайдах презентации, поэтому используйте только клавиатуру. (Вопросы и ответы – Приложение 5)</p> <p>По окончании игры жюри подводит итоги и сообщает сумму заработанных «рублей» каждой команды.</p>
<p><b>Финальное задание:</b></p> <p><b>составление меню семейного обеда 15 мин.</b></p>	<p>Учитель сообщает о том, что теперь родители с помощью полученных знаний и своих детей должны за 10 минут составить меню семейного обеда на заработанную ранее сумму, не забывая о принципах правильного питания. Приложение 6</p> <p>- По истечении 10 минут учитель предлагает участникам мероприятия представить свое меню.</p>
<p><b>Рефлексия.</b></p> <p><b>Подведение итогов 3 мин.</b></p>	<p>- Учитель представляет рефлексивный экран (приложение 3) и просит обучающихся и их родителей продолжить одну из фраз.</p>

**Литература и интернет - источники:**

1. Учебно –методический комплект «ДВЕ НЕДЕЛИ В ЛАГЕРЕ ЗДОРОВЬЯ» ДЛЯ ДЕТЕЙ 9-11 ЛЕТ

ссылка на источник в сети Интернет:

<https://www.prav-pit.ru/parents/materials/modules>

2. Шаблон презентации ссылка на источник в сети Интернет:

[https://xn--j1ahfl.xnp1ai/library/shablon\\_prezentacii\\_svoya\\_igra\\_200153.html](https://xn--j1ahfl.xnp1ai/library/shablon_prezentacii_svoya_igra_200153.html)

3. Изображение пищевой тарелки на обложке:

ссылка на источник в сети Интернет:

<https://upload2.schoolrm.ru/iblock/d71/d71f1349ca09034d7c3e43faa2f40081/bb6bd9910e9c19c84ca33db40ea2c40f.jpg>