***Тема: "Путешествие по музеям напитков".***

|  |
| --- |
| ***Цель:*** создание условий, при которых учащиеся самостоятельно получают информацию из различных источников о значении жидкости для организма, развивают исследовательские навыки и учатся пользоваться приобретёнными знаниями. |
|  | ***Образовательные задачи:***  1.Сформировать представления о разнообразии напитков, их вреде и пользе для организма;  2. Раскрыть причинно – следственную связь между питанием человека и его здоровьем;  *Воспитательные задачи*: формировать осознанное отношение учащихся к сохранению своего здоровья. *.Развивающие задачи*: формировать способности самостоятельно выдвигать гипотезы; умений работать в группе, самостоятельно.  ***Формирование УУД:***  *- Личностные*: способность к самооценке на основе критерия успешности учебной деятельности.  *-Регулятивные УУД*: умение определять и формулировать цель занятия; проговаривать последовательность действий ; оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок; высказывать своё предположение.  *Коммуникативные УУД*: умение оформлять свои мысли в устной форме; слушать и понимать речь других; совместно договариваться о правилах поведения и общения в и следовать им.  *- Познавательные УУД*: умение ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя; добывать новые знания: находить ответы на вопросы, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии. |

**ХОД УРОКА**

*Жил мудрец, который знал всё. Один человек захотел доказать, что мудрец знаёт не всё.*

*Зажав в ладонях бабочку, он спросил: «Скажи мудрец, какая бабочка у меня в руках: мёртвая или живая?»*

*А сам думает: "Скажет живая – я её умертвлю, скажет мёртвая – выпущу». Мудрец, подумав, ответил: «Всё в твоих руках».*

***В наших руках наше здоровье.***

Учитель. Мы с вами познакомились со многими секретами правильного питания. А хотите узнать, о чем мы будем говорить сегодня? Для этого я предлагаю вам отгадать загадку. Так вы узнаете тему нашего занятия.

На свете нет ее сильнее,

На свете нет ее важнее.

В руках ее не удержать

И на коне не обогнать.

Чего в гору не вкатить,

В решете не унести

И в руках не удержать?

Так что же это такое?

Дети. Вода.

Учитель. Правильно, вода! Вода очень нужна нашему организму. Она помогает нам расти, справляться со всякими хворями, становиться сильными и крепкими. Поэтому очень важно каждый день пить достаточное количество жидкости. А сколько это? Хотите подсчитать? Для этого умножьте свой вес на 8, а потом разделите полученный результат на 200.

Дети самостоятельно проводят математические вычисления (на калькуляторе). В класс также можно принести напольные весы и предложить детям взвеситься.

После проведения вычислений учитель предлагает ребятам сравнить полученные цифры – в среднем у детей 7–8 лет должно получиться около 1-1,5 л.

Учитель. Данные, которые вы получили, ненамного отличаются друг от друга. А как можно представить эту цифру?

Учитель предлагает детям посмотреть на демонстрационный стол, на котором находятся стеклянные стаканы с водой.

Учитель. Это количество жидкости вам необходимо ежедневно. А вы знаете, что у воды может быть разный вкус? Попробуйте и скажите, какая вода вам больше нравится? ( организуется дегустация и учитель объясняет детям отличие разных видов воды).

* В первых стаканчиках находится очищенная водопроводная вода. Нельзя пить воду прямо из-под крана. Ведь она содержит большое количество веществ, способных повредить нашему здоровью. Поэтому воду можно очистить с помощью специального прибора-фильтра. (Демонстрация фильтров). Такие приборы наверняка есть у многих из вас дома.
* Во вторых стаканчиках находится кипяченая вода. Если у вас нет фильтра, прежде чем пить воду из-под крана, вскипятите ее в чайнике.
* В третьих стаканчиках находится минеральная вода. Такую воду можно получать из природных источников. Она вытекает из недр земли и содержит много полезных для организма веществ.
* В четвертых стаканчиках находится минеральная вода, которая содержит не только минеральные вещества, но и газ. Она так и называется – газированная. Такую воду нельзя пить очень часто. Дело в том, что газ, растворенный в ней, способен постепенно разрушать зубы.

Но вода поступает в наш организм, как в чистом виде, так и в составе напитков. И сегодня я приглашаю в путешествие по музеям напитков.

***Музей лимонада***

***(хозяйка музея-медицинский работник школы)***

В результате опроса (слайд) выяснилось, что дети нашего класса любят лимонад, но не знают о его вреде. В разных источниках мы прочитали… (слайд)

На примере распространенного напитка «Кока-колы» был проведен ряд экспериментов:

**Опыт 1.**

У мальчика выпал молочный зуб, и мы решили проверить, что будет, если положить его в “Кока-колу”. Дети взяли прозрачный стаканчик, налили туда “Кока-колу” и опустили зуб. Сначала тот почернел, затем на зубе появилась трещина.

*Вывод: “Кока-кола” разрушает зубы. Красители лимонада очень стойкие и зубы от них темнеют.*

**Опыт 2.**

Для опыта кусочек колбасы положили в “Колу”. На 2 день кусочек колбасы разбух и покрылся слизью, но не растворился. Напиток поменял свой цвет и образовался осадок.

*Вывод: “Кола” не растворяет колбасу, но может вызвать расстройство желудка..*

**Опыт 3.**

Взяли ржавый гвоздь. Поместили в стакан с лимонадом. На второй день болтик в “Коле”, наоборот, даже очистился от нее.

*Вывод: “Кока-кола” разъедает даже ржавчину!*

***ВЫВОД***: таким образом, проведя ряд опытов, мы увидели, что “Кока – кола” разрушает зубы , в ней много красителей. В “Кока – коле” есть такие вещества, которые разъедают ржавчину. А еще в “Кока-коле” очень много сахара, который вредит нашему организму.

*Оцените полезность этого напитка.( с помощью жетонов красного и зеленого цвета).*

***Музей соков***

***(хозяйка музея-учитель)***

На столе много вкусных продуктов (карточки с названиями) – чипсы, сухарики ,чупа-чупс, яблоко, апельсин, морковь, груша.

- Выберите, какая на ваш взгляд полезная пища? Объясните, чем полезны эти продукты? ( в них много витаминов)

-А почему отложили в сторону остальные? (в них много вредных веществ)

Действительно, все фрукты содержат в себе витамины.

Чем же так полезны витамины? (слушаем доклад- презентацию, которую подготовил ученик класса)

Растущему организму витамины очень нужны.

Можно есть свежие фрукты, а можно пить из этих фруктов сок.

-Какие соки вы любите?

*Оцените полезность этого напитка.*

***Музей чая***

***(хозяйка музея – родитель)***

-Существует много сортов чая. Знаете ли вы, что чай может отличаться по цвету? Какие сорта чая, отличающиеся по цвету, вы можете назвать?

Дети называют сорта чая – черный, красный, зеленый, желтый. Хозяйка музея приглашает всех к демонстрационному столу, где в прозрачные стаканы разлиты приготовленные сорта чая.

-Чай – любимый напиток многих народов. О нем так говорят: «Устал - пей чай, жарко -пей чай, хочешь согреться - пей чай».

- Какой напиток вы пьете утром? Как вы думаете почему? (чай придает бодрость, поднимает настроение). ЖЕНЯ

-Посмотрите на слайды:

\* Родиной чая является Китай. В Китае чай пьют уже 5000 лет. Китай страна с довольно жарким климатом. Почему же в жару китайцы пьют именно чай? (чай прекрасно утоляет жажду). НАТАША СТ.

\* Палящим летом узбеки носят ватные халаты еще и пьют горячий чай. Оказывается, халат защищает от палящего солнца. При чаепитии человек потеет, халат становится влажным и охлаждает тело, вот так. МАША Р

\* А в России в холодные зимы что мы пьем? Почему? (горячий чай согревает)ФИЛИПП

-В чае также содержаться витамины, протеин, сахара, ароматические соединения, цинк и фтор, необходимые для развития детского организма. Поэтому чай, при соблюдении умеренности, несомненно полезен детям.

- чтобы получить от чая пользу и удовольствие, нужно правильно его хранить, готовить и пить. Кто из вас знает, как заваривать чай?

Хозяйка приглашает детей к демонстрационному столу. Дети рассказывают правила заваривания чая, хозяйка демонстрирует их.

*Оценте полезность этого напитка.*

***Итог*** :

- Посмотрите еще раз, как вы оценили напитки и скажите к какому выводу после посещения музеев пришли. Вы сделали правильный выбор и я призываю вас… ( слайд).

- Сегодня музеи напитков посетили не все ученики школы, но мы должны донести до них ту информацию, которую получили. Для них я предлагаю прорекламировать полезные напитки.

***Работа в группах.*** (ребята подбирают слова в стихи-рекламы)

1 группа

Он бывает всех цветов,

В нем \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ много.

Я пить его всегда готов,

Ведь нет напитка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Он \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_,

И на вкус всегда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Чтоб здоровым стать ты смог,

Пей скорей \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ сок.

2 группа

Если пьешь ты чёрный чай,

Будешь \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ так и знай.

Если пьёшь ты чай зелёный,

Станешь очень \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ !

Для \_\_\_\_\_\_\_\_ красный чай

Ты почаще наливай!

И за чаем не скучай!

Ведь \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ разный чай!

- Обо всех ли напитках сегодня поговорили? ( нет) Мы не остановимся на достигнутом. Как можно узнать о вреде или пользе других напитков? ( прочитать в книгах, найти информацию в интернете, провести опыты и др.) Результаты ваших исследований представить в виде проекта.

Завершается урок чаепитием.