

Тема занятия: «Из чего делают каши и как сделать кашу вкусной»

Цели занятия:

- Формирование у учащихся ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни;
- Приобретение учащимися познаний об основных условиях и способах укрепления здоровья;
- Воспитание у учащихся ценностного отношения к окружающей среде путем усвоения элементарных представлений о нормах экологической этики взаимодействия человека с природой.

Планируемые результаты:

Познавательные УУД:

Расширить представление о каше, как обязательном компоненте ежедневного рациона;

Расширить представление об ассортименте каш и их свойствах;

Сформировать представление о том, из каких растений и круп можно сварить кашу.

Сформировать представление о добавках для каш.

Личностные УУД:

Выбирать полезную для здоровья пищу.

Регулятивные УУД:

Высказывать свое предположение на основе работы с иллюстрацией.

Работать по предложенному учителем плану.

Выстраивать проблемный диалог (ситуации), коллективное решение проблемных вопросов;

Коммуникативные УУД:

Уметь оформлять свои мысли в устной речи, слушать других, учиться работать в коллективе, развивать артистические способности.

Оборудование: мультимедийный проектор с презентацией по уроку, рабочая тетрадь «Разговор о правильном питании», контейнеры с крупами, картинки: злаковые растения, крупы, каши.

Ход занятия:

1.Актуализация проблемы.

-Ребята, я приветствую вас на нашем занятии «Разговор о правильном питании». Правильное питание – это залог крепкого здоровья.

-Подумайте, о чем мы сегодня будем говорить.

Крупы в кастрюлю насыпают,

Водой холодной заливают

И ставят на плиту вариться.

И что тут может получиться? (ответ: каша)

-Сегодня мы с вами отправимся в гости к одной нашей хорошо знакомой семье. Давайте послушаем, что говорят наши любимые герои.

Инсценировка

Мама. Катя, Аня! Завтрак готов!

Папа. Что у нас сегодня на завтрак?

Аня. Что? Опять каша!!!

Катя. Надоело! Дома- каша! В школе- каша! Я просто чай попью. В школе пиццу куплю.

Папа. Я тоже раньше не любил кашу. Но наша мама знает один секрет. Теперь я кашу ем всегда.

Аня. Мам, а что это за секрет? Расскажи нам. (*Мама шепчет на ухо*).

Катя. Правда? Ну тогда я всю кашу съем.

Аня. Я тоже.)

(Инсценировку можно заменить чтением по ролям текста в тетрадях на страницах 24-25)

2. Выбор темы и определение сферы исследования

-А вы любите каши? (*не очень*) А вы хотите узнать, какой секрет знает мама? Сегодня мы будем исследователями и узнаем из чего варят каши и как сделать кашу вкусной?

- Итак, кто объявит тему нашего занятия? **Слайд №1**
(*«Из чего делают каши и как сделать кашу вкусной»*)

3. Сбор и обработка информации

Отгадайте загадку:

Золотист он и усат,

В ста карманах – сто ребят. (КОЛОС) **Слайд №2**

Как связаны колос и каша?

-Если посадить весной в землю зернышко, то сначала появится росточек, потом он превратится в колосок. **Слайд №3**

Все лето колосок будет расти набираться сил. В каждом колоске будет много зернышек. Земля, солнце и вода помогли маленькому зернышку превратится в сильный колос. А в них много полезных питательных веществ. **Слайд №4**

Осенью с полей соберут урожай. **Слайд №5**

Из зерен сделали крупу. **Слайд №6**

А из крупы сварили кашу. **Слайд №7**

-Давным-давно наши предки жили на земле, на которой не росли картофель, помидоры, капуста. Зато было много дикой пшеницы – полбы. Именно из полбы варили древние славяне первые каши. Теперь люди выращивают много злаковых культур. На странице 28 рассмотрите рисунки и назовите растения, из которых делают крупу.

Составление кластера.

Найдите соответствующие картинки на доске. Давайте сопоставим название растений, круп и каш.

Гречиха -гречка - гречневая
Пшеница –манка- манная
Просо –пшено -пшённая
Овёс – овсяные хлопья -овсяная
Горох-горох- гороховая
Кукуруза – кукурузная-кукурузная
? - Суворовская

(Составление кластера можно заменить заполнением аналогичной таблицы в тетради на странице28)

- Хотите узнать, как ее готовят? (*доклад ученика*)

Александр Васильевич Суворов – великий русский полководец. **Слайд №8**

Национальный герой России не потерпевший ни одного поражения в своей военной карьере (более 60 сражений). Знаменитый рецепт одной из каш родился во время тяжёлого похода через Альпы. К концу подходили запасы – оставалась «чуть-чуть» гороха, перловки, пшена, гречки. Суворов отдал приказ варить всё в общем котле, добавив лука и масла. Каша получилась вкусная и полезная, и в народе её прозвали суворовской.

- Какую бы пословицу вы для неё выбрали? **Слайд №9**

«Щи да каша – пища наша»
«Кашу маслом не испортишь»
«Сварил кашу из топора»

«Заварил кашу - не жалея масла»

Физкультминутка.

*Вырос в поле колосок:
Он не низок, не высок.
Ветерок его качает,
Влево, вправо наклоняет.
Колоски мы все сожнём—
Много хлеба напечём,
А ещё наварим каши
И подкрепим силы наши.*

- Давайте отгадаем из какой же крупы мы наварим каши. Каждая группа получит контейнер с крупой. Определите, что это за крупа и какая каша из нее получится.

(Дети работают в группах)

Ребята, вы говорите, что не очень любите каши. Почему же их необходимо есть? (она полезная)

Давайте послушаем доклады детей о пользе каш. (Доклады детей)

Значит, каши необходимо употреблять в пищу. Как же можно кашу сделать вкусной? (Украстить ягодами, вареньем, орехами) **Слайд №10**

Давайте попробуем себя в роли повара. Выбери добавки для каш на листе с наклейками и приклей.(Работа в тетрадях)

4. Рефлексия

А теперь давайте подведем итог.

- Как вы думаете, какие мамины секреты нам удалось разгадать.

Закончите мысль

Я уже знал(а), что...

Сегодня я узнал(а), что...

Теперь я буду...

Мне захотелось выяснить... : **Слайд №11**

-Ребята, сегодня мы хорошо поработали. Полученные знания помогут вам сохранить свое здоровье