|  |  |
| --- | --- |
| **1. Организационный момент**, **психологический настрой на работу.**  -Здравствуйте уважаемые гости, здравствуйте дети! Наш урок мы начнем с упражнения, которое называется «Приветствие»  **Приветствие “Здравствуйте!”**  учащиеся поочередно касаются одноименных пальцев рук своего соседа, начиная с больших пальцев и говорят:   * ***желаю (соприкасаются большими пальцами);*** * ***успеха (указательными);*** * ***большого (средними);*** * ***во всём (безымянными);*** * ***и везде (мизинцами);*** * ***Здравствуйте! (прикосновение всей ладонью)***     Здравствуйте - слово, какое чудесное,  Красивое, доброе, чуточку нежное.  Здравствуйте, скажем мы новому дню,  Здоровья желаем всем и всему.  -Ребята, сегодня я проведу у вас урок-исследование. Я буду вашим научным руководителем, а вы выступите в роли- ученых исследователей. Вы готовы?  - Кто такие исследователи? **(Исследователи** - работники, профессионально занимавшиеся научными исследованиями и разработками и непосредственно осуществлявшие создание новых знаний, продуктов, процессов, методов и систем, а также управление указанными видами деятельности.)  -Но перед тем, как мы начнем наши исследования, давайте выполним тест.  **2. Проверка полученных знаний.**  1) Тест  **3. Введение в новую тему урока. Проблемная ситуация.**  1) Сказка про короля.  - Послушайте сказку: У одного короля была дочка, которую он обожал больше всего на свете. На завтрак, обед, ужин ей приносили самые изысканные лакомства. Птичье молоко, шоколадный пудинг, запеканка с изюмом, ананасовый крем, клубничное желе – вот такое меню было у принцессы. Но почему-то принцесса не была ни веселой, ни румяной. Наоборот, она чахла на глазах. Все эти лакомства она даже видеть не хотела. И тогда король объявил: кто вылечит его дочку, тому он отдаст полкоролевства. Отовсюду сбежались лекари, навыписывали рецепты, но принцессе ничто не помогло. В конце концов нашелся знающий человек, который просто составил для принцессы другое меню. Вскоре принцесса выздоровела.  – Правильно ли питалась принцесса? А почему вы так считаете?  -Ребята, что по вашему мнению самое дорогое? (здоровье)  -Знаменитый английский поэт Уильям Шекспир говорил: **«Здоровье- дороже золота»**  -Что же необходимо делать, чтобы быть здоровым? (соблюдать правила безопасности, правила гигиены, правильно питаться)  -А что же такое **питание**? (процесс в жизни организма)  -Найдите ответ на карточке, которые лежат у вас на партах.  -Давайте подумаем, для чего человеку необходимо питаться? (для роста и развития, движения, для работы).  -Любое движение нуждается в топливе. Автомобилям нужен бензин. Растениям нужны почва и солнечный свет. Для нас топливом является еда.  -Двигаться в нашем случае - означает быть живым человеком. Мы нуждаемся в постоянном питании, так как все время расходуем нашу энергию.  -Как вы думаете, какая же тема будет нашего исследования?  (Об органах пищеварения)  - Какие задачи поставим перед собой?  **4. Работа по теме урока.**  -С пищей человек получает необходимые организму питательные вещества. Какие же это вещества? Для чего они нужны?  -В продукте питания обычно преобладает одно какое-либо вещество: жиры, белки или углеводы.  - Знаете ли вы, какую роль выполняют жиры, белки и углеводы в нашем организме? Давайте послушаем сообщения наших исследователей.   1. **Сообщения о белках, жирах и углеводах.**   **«Белки»** – строительный материал для клеток. Нужно, чтобы вы росли, развивались, чтобы были работоспособными, не поддавались болезням, могли им сопротивляться.  Чтобы вырасти, ты, мог,  В пище должен быть белок.  Он в яйце, конечно, есть,  В твороге его не счесть.  В молоке и в мясе тоже  Есть он и тебе поможет.  **«Углеводы»** – топливо для клеток, как бензин для машины, основной источник энергии для подвижных игр, бега, физической и умственной работы.  Фрукты, овощи и крупы –  Удивительная группа –  Нам в тепло и в непогоду  Поставляют углеводы,  Нам клетчатку посылают,  Витамины добавляют  И энергией питают.  **«Жиры»** – продовольственные и топливные склады (склад еды, топлива, одежды), прежде всего. Строительный материал для мозга и нервной системы.  Жир, что в пище мы едим,  Очень нам необходим:  Сохранит температуру,  Повлияет на фигуру,  Защитит от холодов,  Шубой нам служить готов.  -Какой можно сделать вывод? Какую роль выполняют жиры, белки и углеводы?  **Вывод: белки-для роста и развития, углеводы- основной источник энергии, жиры- строительный материал для мозга и нервной системы**.  -Ребята, а что еще должно быть в продуктах, чтобы мы были здоровыми? (витамины).  -Каждой клеточке нашего организма необходимы витамины. Как выдумаете, почему нам необходимы витамины? Чтобы ответить на этот вопрос, мы выслушаем группу наших исследователей, которые провели свои исследования готовясь к этому уроку.   1. **Сообщения о витаминах.**   **Витамин А**благотворно влияет на зрение, повышает сопротивляемость организма. Этим витамином богаты жир печени некоторых животных и рыб, а также яйца. Содержится он в молоке, сливочном масле.  **Витамин С (аскорбиновая кислота)** повышает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям, способствует укреплению зубов, костей и кровеносных сосудов. Источниками витамина С являются капуста, лук, сладкий перец, баклажаны, картофель, щавель, смородина, рябина, шиповник, клюква, брусника, крыжовник, цитрусовые.  **Витамин D**необходим в большом количестве для роста организма, особенно зубов и костей. Недостаток этого витамина вызывает заболевание, называемое рахитом, проявляющееся в размягчении и искривлении костей, плохих зубах, ослабленных мускулах и связках. Много витамина D в рыбе, сливочном масле, яйцах и свежей зелени.  **Витамин Е**повышает устойчивость к заболеваниям у людей всех возрастов и является антиоксидантом — средством, выводящим из организма вредные вещества. Он содержится в свежей растительной пище и применяется для лечения и профилактики различных заболеваний.  **Витамины группы В**играют для организма человека важную роль. Они стимулируют работу защитной системы во время стрессов, различных заболеваний и травм. Их нехватка может негативно сказаться на здоровье.    - Слово **«витамин»** придумал польский ученый Казимир Функ. Он выяснил, что вещество «амин», содержащееся в оболочке рисового зерна, жизненно необходимо человеку. Соединив латинское слово vita«жизнь» со словом «амин», получилось слово «витамин». **Витамины** – источник жизни, необходимый для сохранения и укрепления здоровья. Их особенно много в овощах и фруктах.  - Витамины важны в жизни человека. В качестве примера приведу трагическую судьбу экспедиции знаменитого русского путешественника Георгия Седова, отправившегося в Арктику. В течение длительного времени участники экспедиции питались консервами, сухарями, сахаром. Они совсем не употребляли овощей, фруктов, молочных продуктов. Через некоторое время люди заболели – появилась сильная слабость, зубы стали выпадать, пропал аппетит. Многие участники экспедиции, в том числе и её руководитель Георгий Седов, погибли от цинги ( недостаток витамина С). Те участники, которым удалось вернуться, как только начали питаться свежим мясом, овощами, фруктами, быстро поправились.  -Какай можно сделать вывод? Какой должна быть пища?  **Вывод:** Питание должно быть разнообразным. Витамины важны в жизни человека.  **5) Физ. мин.**  **6) Работа по теме урока.** (плакат на доске)  -Мы выяснили, чем надо питаться, чтобы быть здоровым. А теперь давайте отправимся в путешествие по системе пищеварения.  -Какие же органы принимают участие в пищеварении?  -Где начинается процесс пищеварения?  -Что же означает слово «ПИЩЕВАРЕНИЕ»? Найди ответ на карточках, которые лежат у вас на партах.  **-Пищеварение-** переработка пищи и ее усвоение организмом человека или животного.   1. **Работа по учебнику. (стр. 36)**   -И так, я предлагаю открыть учебники и прочитать как происходит процесс пищеварения в организме человека.(дети исследуют, читают и делают вывод).  - Сначала пища попадает в ротовую полость. Мы пережевываем пищу, наши зубы превращают её в маленькие кусочки и перемешивается языком. Слюна размягчает пищу и облегчает процесс глотания. Язык проталкивает пищу в глотку. Через глотку и пищевод еда проходит в желудок. В желудке еда переваривается с помощью желудочного сока до состояния густого супа. Эта кашица проходит дальше в кишечник. Там и заканчивается её переваривание. Большую роль в пищеварении играет печень. Она выделяет в тонкую кишку особую жидкость, необходимую для пищеварения, – желчь. В тонком кишечнике частицы питательных веществ впитываются в кровь. Кровь разносит их по всему телу. Остатки «супа» попадают в толстый кишечник. Здесь полезные вещества и вода всасывается в кровь. Остатки выносятся в прямую кишку.    -А сейчас я предлагаю построить систему пищеварения. Кто желает выйти и показать? (один ученик выходит к доске и составляет из карточек систему пищеварения)   1. **Просмотр фильма «Органы пищеварения»**   **7) Итог урока. Выводы.**    -И так , настало время подвести итог нашего исследования.  1) Какие питательные вещества нужны организму для роста и развития?  2) Какие органы входят в систему пищеварения? Кто сможет показать на плакате?  -– А сейчас задание каждому. Перед вами внутреннее строение человека, ваша задача раскрасить только органы пищеварения.   1. **Раскрашивание. Притча.**   - Одному мудрецу задали вопрос : « Что для человека важнее, богатство или слава?» Он ответил : « Ни то , ни другое, а здоровье . Здоровый нищий счастливее больного короля» .  - Прислушайтесь к словам мудреца и твердо запомните, что надежнее всех о своем здоровье можем позаботиться только мы с вами.  **8) Рефлексия.**  -Ребята, сейчас, я предлагаю каждому оценить свою работу, используя данные предметы.  **9) Д/з, оценки за урок.**  -Ребята , а сейчас запишите домашнее задание. Оно будет творческим.  -Составить меню для своей семьи на каждый день. | https://ds04.infourok.ru/uploads/ex/0644/0002fffb-53093b93/1/img5.jpg  https://ds04.infourok.ru/uploads/ex/01b0/0008c7c7-c5756ef4/img11.jpg |