

Я досліджую світ

Я і моє здоров'я

Сьогодні  
01.03.2023

Урок  
№ 69



Дата: 01.03.2023

Клас: 1 – Б

Вчитель: Половинкина О.А.



**Тема. Корисна їжа. Яка вона?**  
**Повторення. Кімнатні рослини.**

*Сформувати уявлення про корисні продукти харчування; учити правильно харчуватися; проводити спостереження та робити висновки; поповнювати словниковий запас вчити мовленнєвої культури; контролювати й оцінювати свої результати; вміти висловлювати рефлексивні й оцінні судження; формувати навички дбайливого ставлення до свого здоров'я; вчити правилам поведінки на природі; розвивати культуру міжособистих відносин, толерантну поведінку; вдосконалювати навички аналізу ситуації; розвивати діалогічне мовлення, пам'ять, увагу, логічне мислення, навички попередження травматизму.*





**Сіли рівно, озирнулись,  
Один одному всміхнулись.  
Якщо добре працювати –  
Вийдуть гарні результати.  
Тож не гаємо ми час,  
Бо знання чекають нас!**

Сьогодні  
01.03.2023

Поміркуй. Розгадай ребуси.



Я Б Л У К О



4 = E

”



Ц У К Е Р К А

Який з цих продуктів є корисним?



Сьогодні  
01.03.2023

Поміркуй. Назвіть зображені продукти.

Як їх можна назвати одним словом?



**фрукти**



**овочі**

Фрукти, ягоди й овочі містять велику кількість корисних речовин.

Сьогодні  
01.03.2023

Візьміть до уваги.

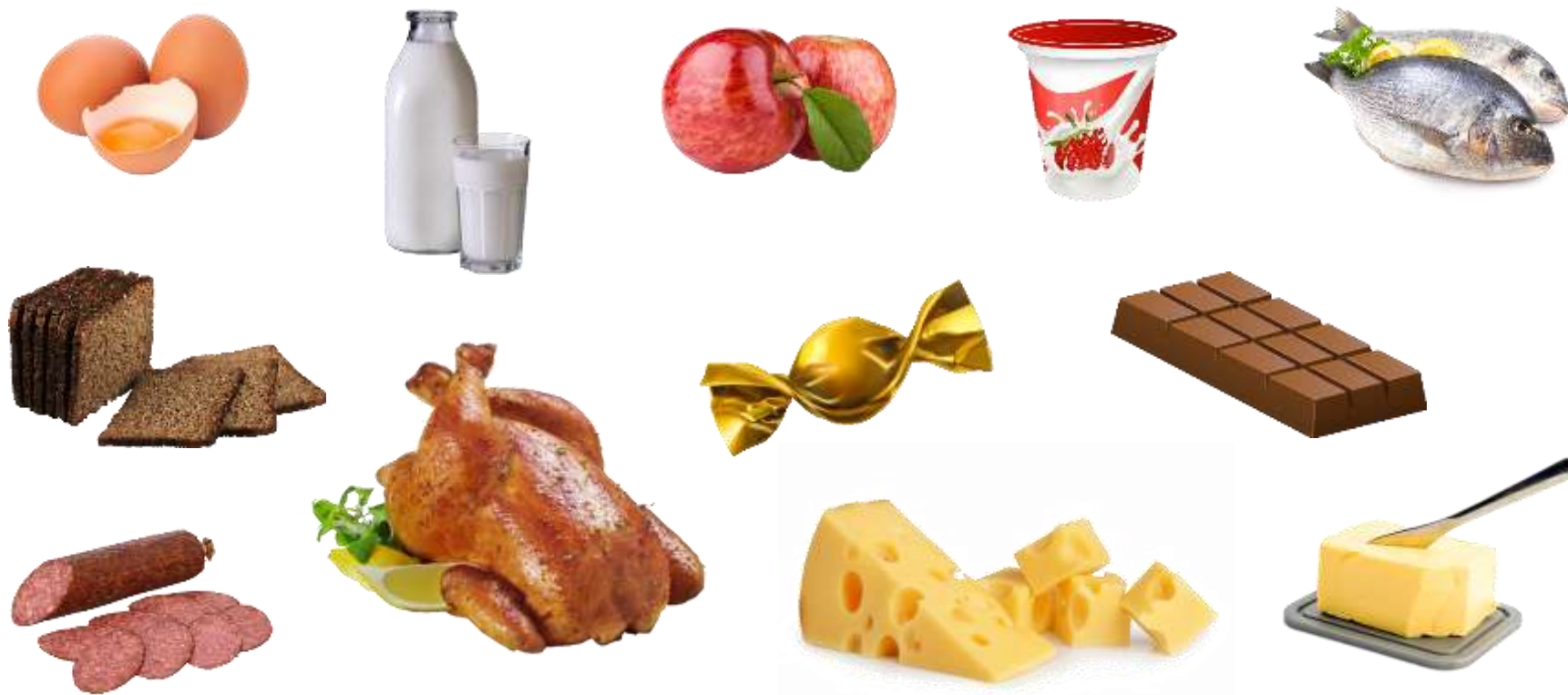


Фрукти й овочі перед їжею потрібно ретельно мити!

Сьогодні  
01.03.2023

Слухаємо. Розповідаємо.

Назвіть одним словом те, що зображено на фото.



Яка їжа корисна для людини? А яка — шкідлива? Поясніть чому.



Сьогодні  
01.03.2023

Візьміть до уваги.



**Від корисної їжі залежить ріст,  
розвиток і здоров'я людини.**

**Їжа має давати організму поживні  
речовини, вітаміни та воду.**

**Важливо харчуватися різноманітно,  
щоденно вживаючи якомога  
більше корисних продуктів, щоб  
отримувати необхідну кількість  
вітамінів та мінералів.**



**Які продукти ти вживаєш щодня?**



Сьогодні  
01.03.2023

Відгадайте загадку.

Звідки беруться продукти харчування?



Чи доводилось вам збирати овочі чи фрукти?

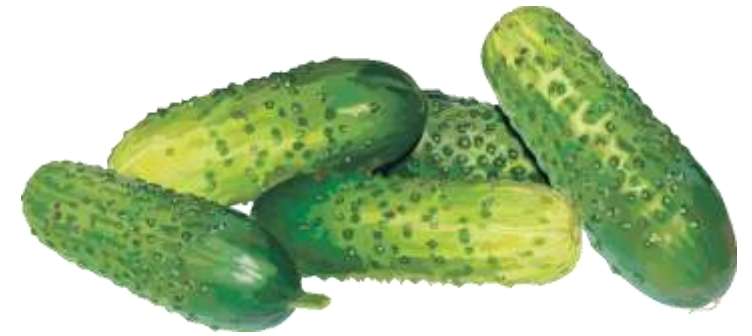
Сьогодні  
01.03.2023

Хвилинка – цікавинка.

Відгадай загадку



Як на грядці під листок  
Закотився чурбачок –  
Зеленець гарненький,  
Смачний овоч маленький.



**ОГІРОК**

Сприяє здоров'ю кісток.  
Покращує здоров'я серцево-судинної системи.  
Поліпшує травлення. Позитивно впливає на втрату ваги.

Сьогодні  
01.03.2023

Хвилинка – цікавинка.

Відгадай загадку



Під ногами у саду  
Стиглу ягідку знайду.  
Треба низько нахилиться,  
Щоб зірвати ...



**ПОЛУНИЦЮ**

Сприяє покращенню пам'яті.  
Підвищую опір організму різним хворобам.  
Є джерелом вітаміну С. Полуніця корисна для серця

Сьогодні  
01.03.2023

Хвилинка – цікавинка.

Відгадай загадку



Кажуть, щоб хвороб не знати,  
Треба всім мене вживати.  
Може, ви мене й з'їсте,  
Тільки слюзи проллєте.



**ЦИБУЛЯ**

Овоч багатий вітаміном С.  
Зміцнює імунітет. Сприяє засвоєнню заліза.  
Цибуля підвищує щільність кісток. Цибуля має антибактеріальні властивості.



Сьогодні  
01.03.2023

Хвилинка – цікавинка.

Відгадай загадку



Зелені сережки  
На гіллі висіли,  
На сонечці підсмажились  
І почервоніли.



**В И Ш Н Я**

Поліпшує якість сну.  
Містять вітаміни та мінеральні речовини.  
Приносять користь здоров'ю серця. Вишня чудово очищує організм.

Сьогодні  
01.03.2023

Хвилинка – цікавинка.

Відгадай загадку



Під землею народилась  
І для борщика згодилась.  
Мене чистять, ріжуть, труть,  
Смажать, варять і печуть.



**КАРТОПЛЯ**

Сприяє посиленій розумовій роботі.

Регулює тиск, швидко виводить воду, знімає набряки, знижує кислотність.  
Для тих, у кого алергія, картопля стає незамінним дієтичним продуктом.

Сьогодні  
01.03.2023

Хвилинка – цікавинка.

Відгадай загадку

Мовби на одній нозі.

Він зростає на лозі.

Подивись скоріш в віконце —

Грона сповнені всі сонця!

Кожен скуштувати рад

Соковитий...



**ВИНОГРАД**

Виноград забезпечує профілактику захворювань серця, є натуральним очисником, допомагає організму впоратися з вірусами та інфекціями. Вітаміни групи В допомагають боротися зі стресом і загострюють концентрацію уваги.







Сьогодні  
01.03.2023

Поміркуй.



продукти харчування

Що зображено на фото? Назви одним словом.

Сьогодні  
01.03.2023

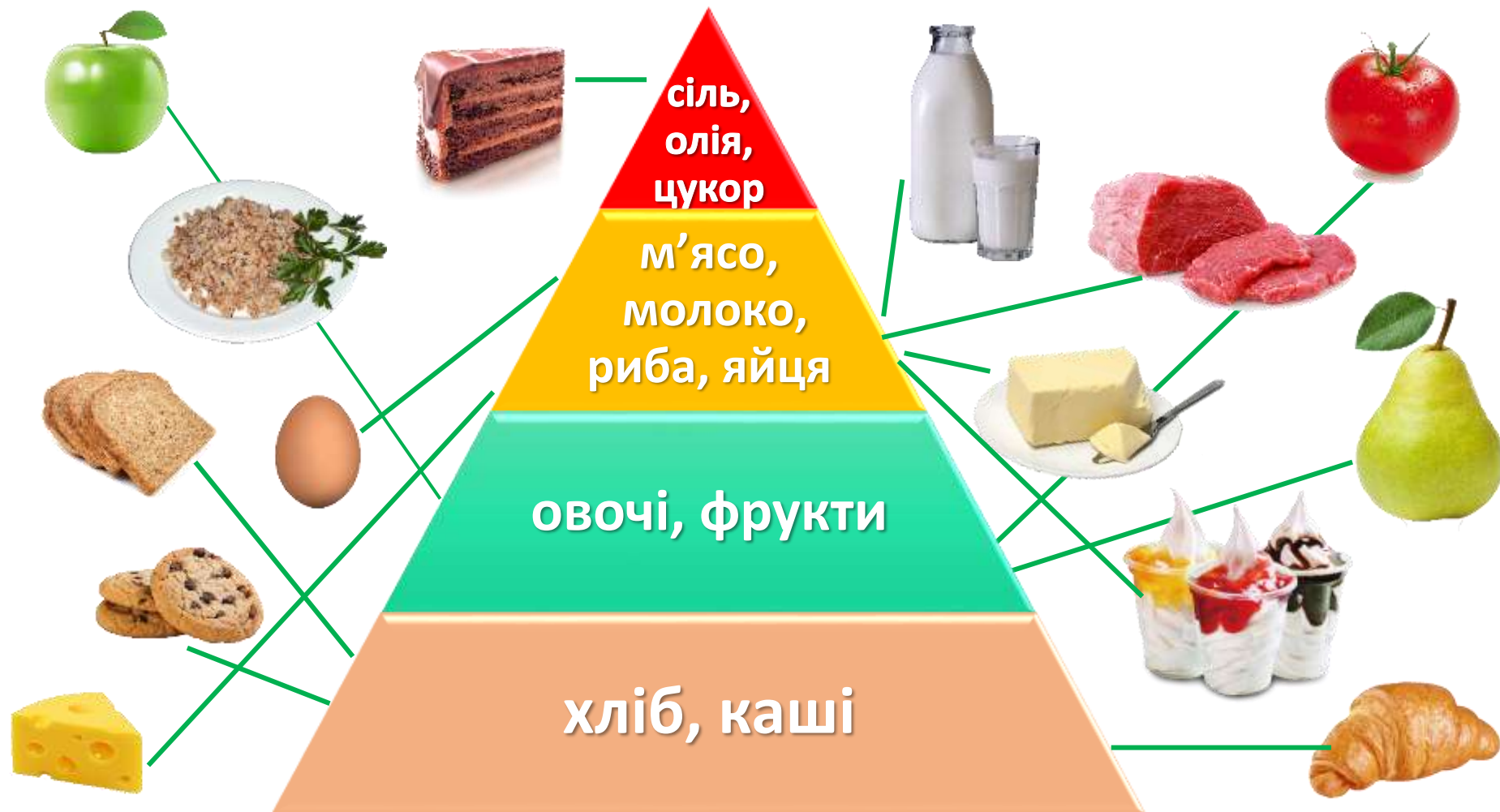
Слухаємо. Розповідаємо.



Назви блюда зображені на малюнку. Обведи ті, які готують у твоїй родині.

Сьогодні  
01.03.2023

Міркуємо.

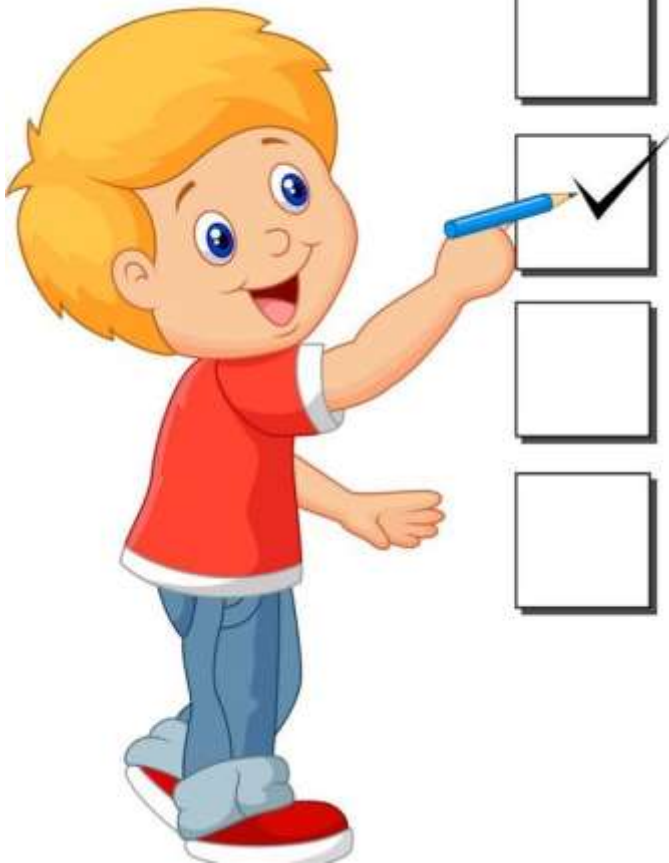


Установіть відповідність між продуктами харчування та назвами груп.



Сьогодні  
01.03.2023

Міркуємо.



Познач корисну їжу. Поясни свій вибір.

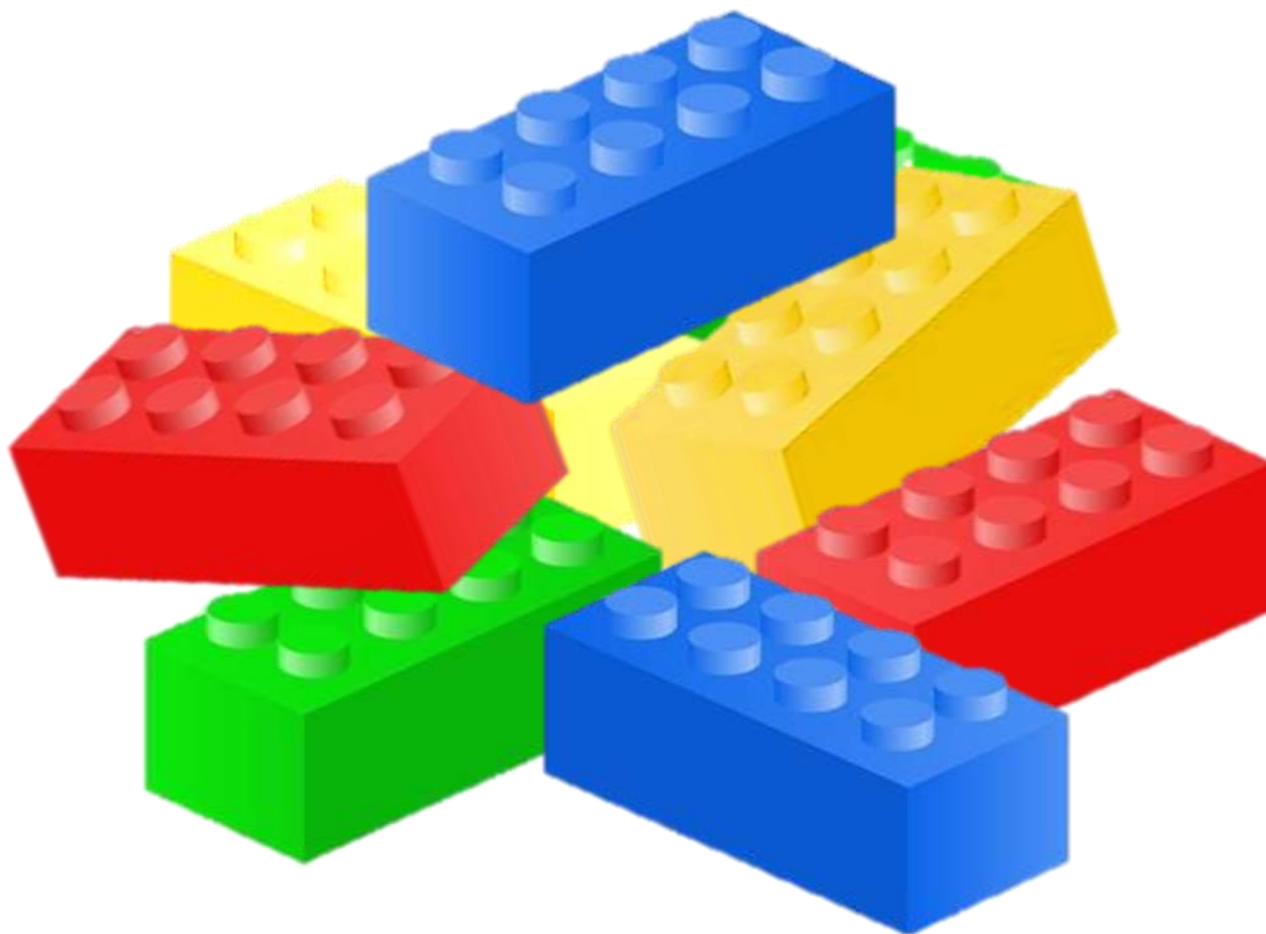




Сьогодні  
01.03.2023

Приготуй LEGO.

Пограємо

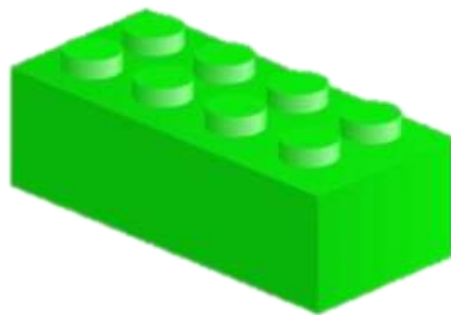


Сьогодні  
01.03.2023

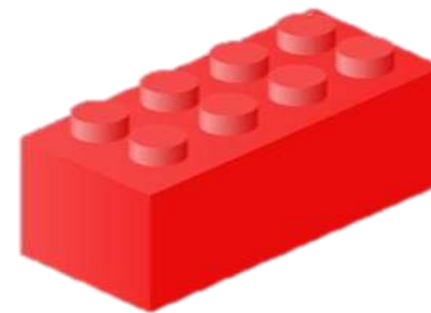
Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.

Корисно / НЕкорисно?

**КОРИСНА**  
їжа

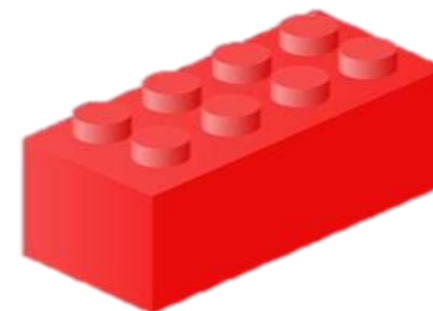
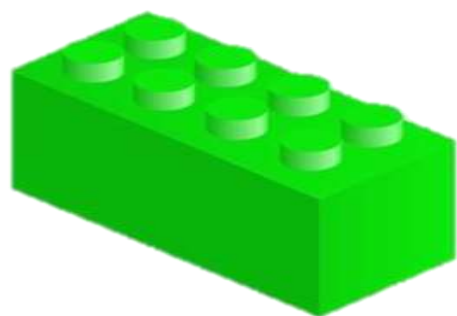


**НЕКОРИСНА**  
їжа



Сьогодні  
01.03.2023

Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.

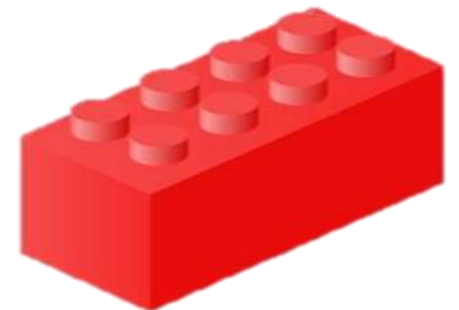
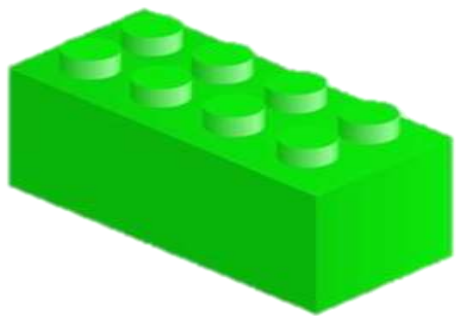


Корисно чи некорисно?



Сьогодні  
01.03.2023

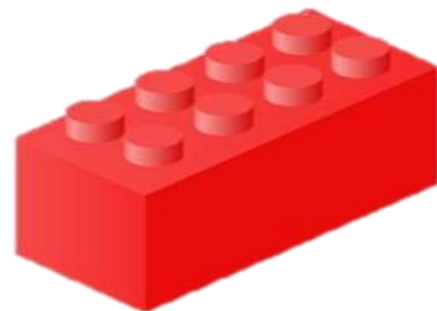
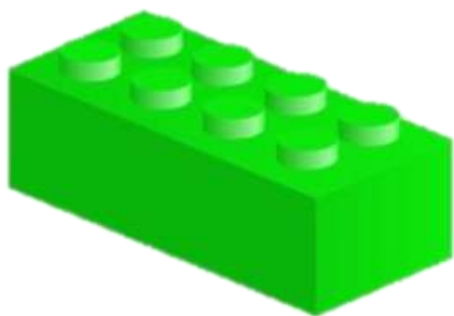
Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.



Корисно чи некорисно?

Сьогодні  
01.03.2023

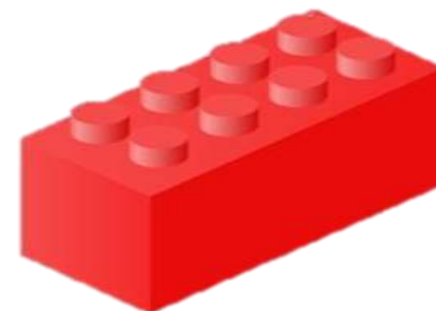
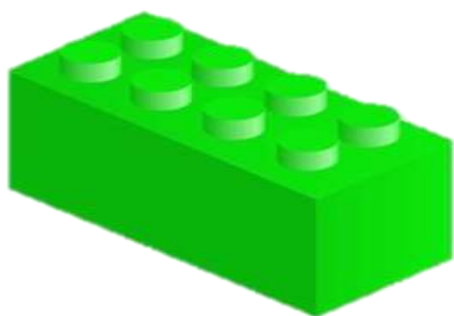
Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.



Корисно чи некорисно?

Сьогодні  
01.03.2023

Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.

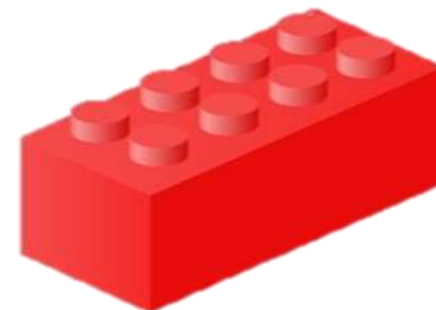
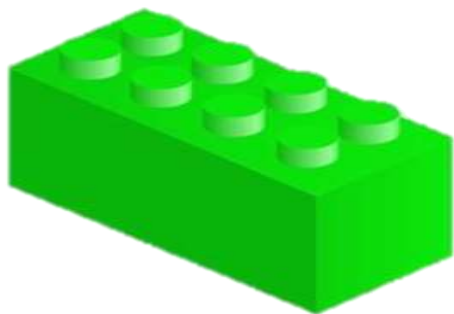


Корисно чи некорисно?



Сьогодні  
01.03.2023

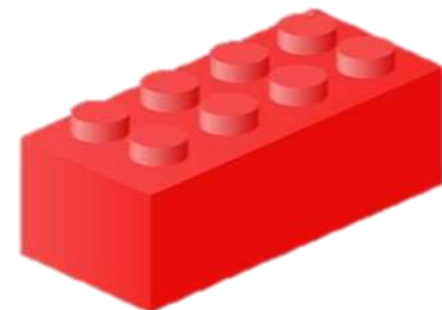
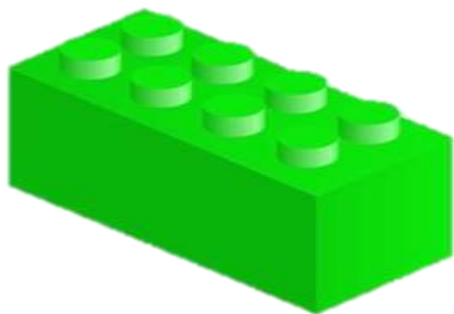
Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.



Корисно чи некорисно?

Сьогодні  
01.03.2023

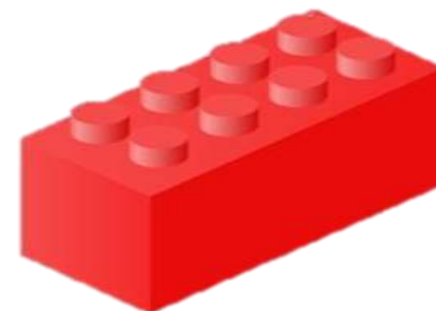
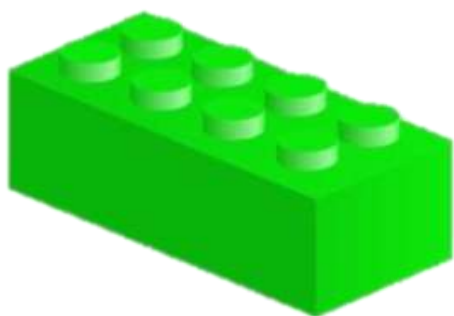
Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.



Корисно чи некорисно?

Сьогодні  
01.03.2023

Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.

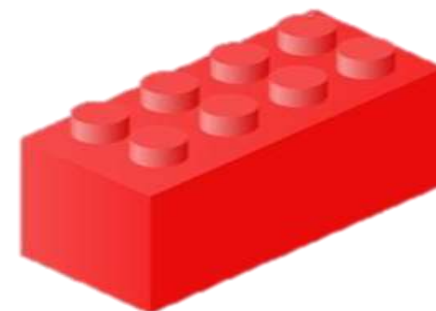
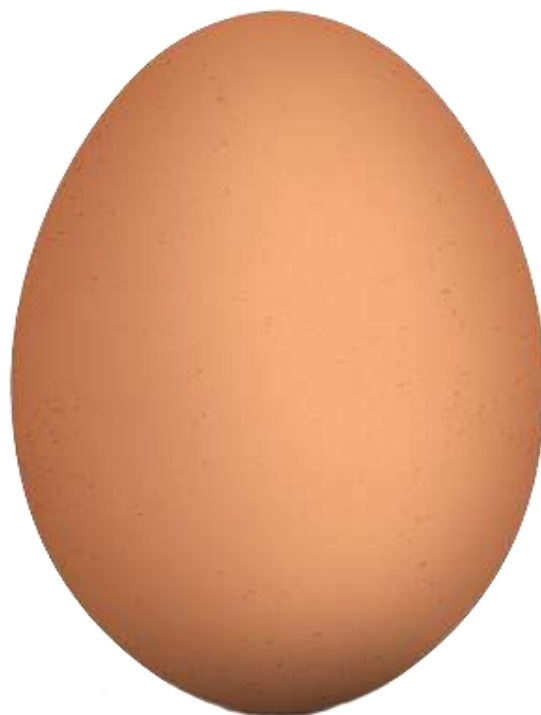
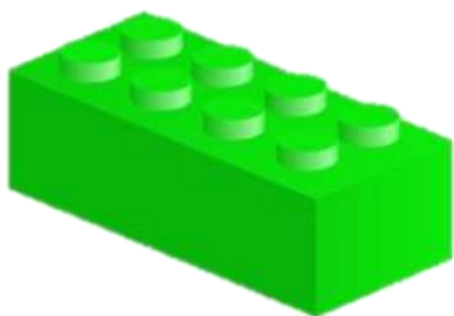


Корисно чи некорисно?



Сьогодні  
01.03.2023

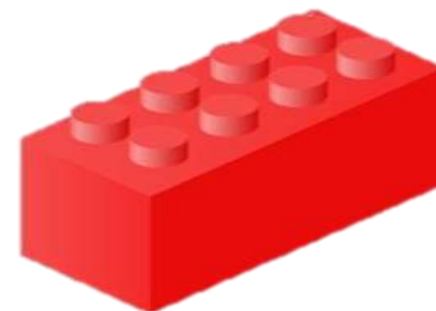
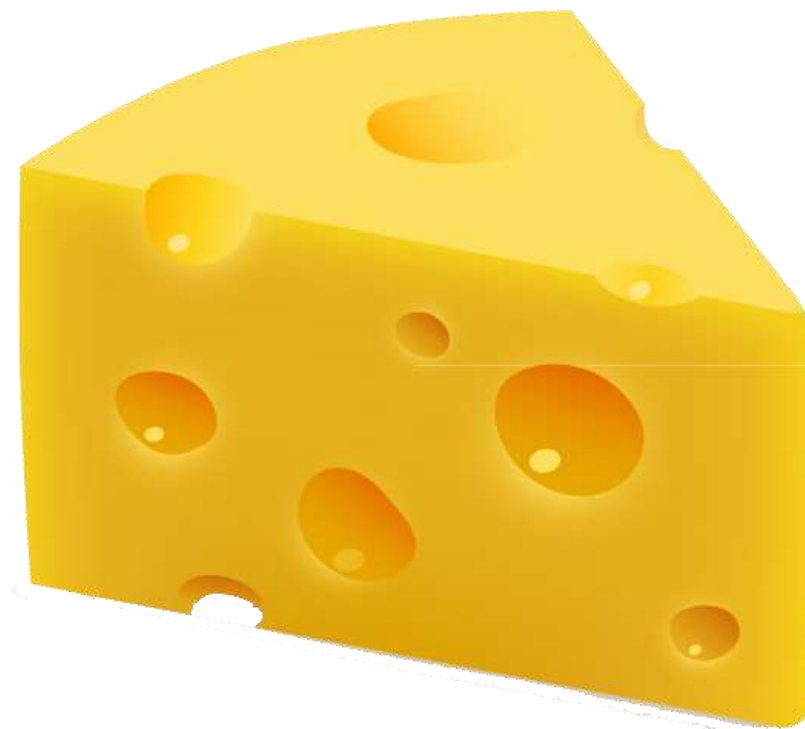
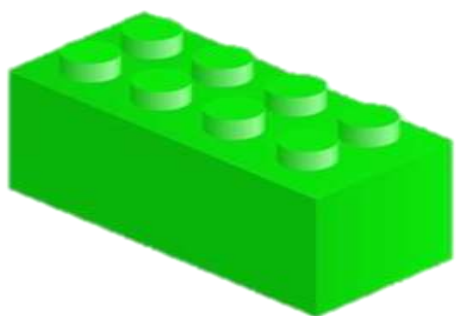
Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.



Корисно чи некорисно?

Сьогодні  
01.03.2023

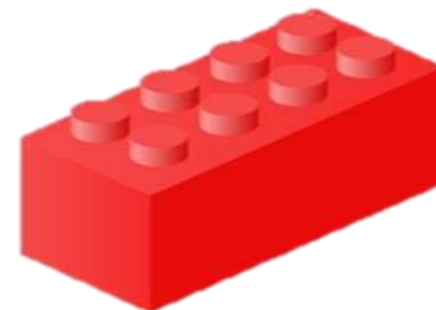
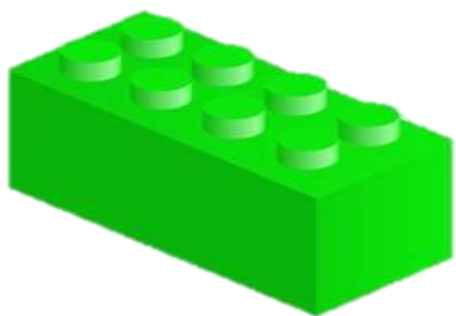
Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.



Корисно чи некорисно?

Сьогодні  
01.03.2023

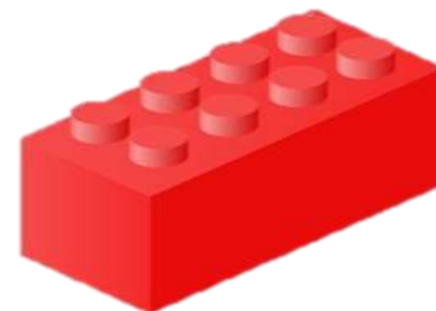
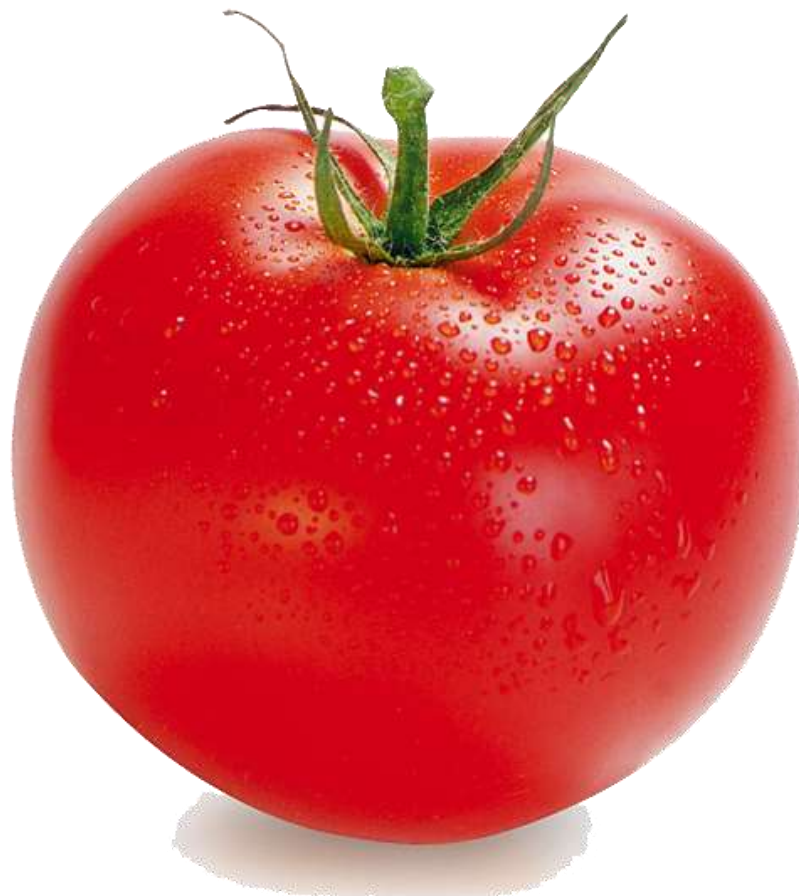
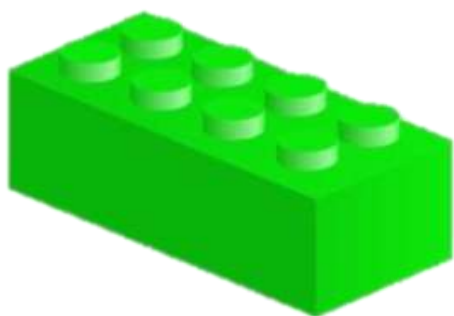
Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.



Корисно чи некорисно?

Сьогодні  
01.03.2023

Поміркуй та дай відповідь за допомогою LEGO.

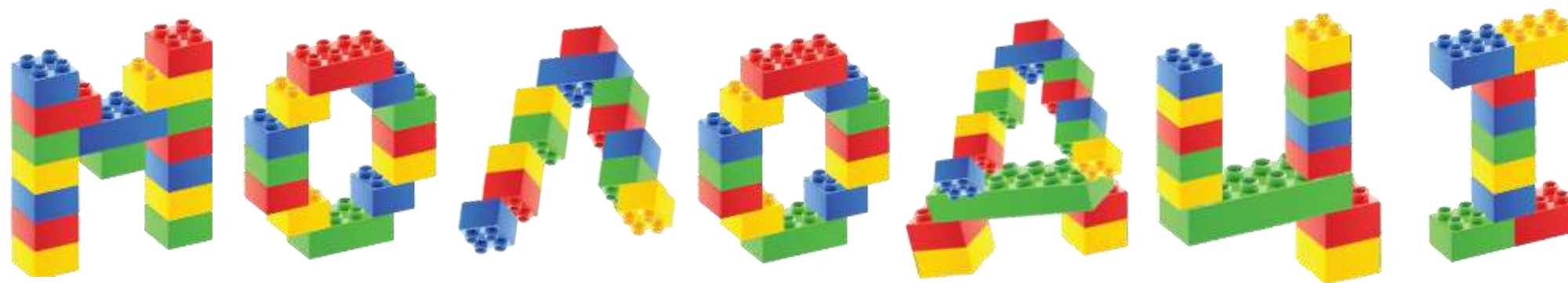


Корисно чи некорисно?



Сьогодні  
01.03.2023

Ви впорались!



Сьогодні  
01.03.2023

## Висновок

**Надавайте перевагу корисній їжі.**

**Не забувайте щодня пити воду.**



Сьогодні  
12.10.2022



*Рекомендовані тренувальні вправи*

**Підручник стор. 46 - 47.**

**Друкований зошит  
стор. 15.**

***Роботи надсилай у Нитан***

Сьогодні  
01.03.2023

Online завдання

Відскануй QR-код або  
натисни жовтий круг!





Сьогодні  
01.03.2023

Рефлексія. Оберіть відповідну цеглинку LEGO

Цеглинку LEGO підійміть, зустріч нашу оцініть.

