

Урок окружающего мира 3 класс УМК «Школа России»



НАШЕ ПИТАНИЕ

*Гулунова Залина Петровна,
учитель начальных классов
МКОУ СОШ №2 им. А.Н. Кесаева
г. Дигоры Дигорского района РСО-
Алания*

Жить - значит действовать.

А.Франс



ТОПЛИВО



ПИТАНИЕ

ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЯ



ВЕТЕР И ВОЛНЫ



Белки

В продуктах
животного
происхождения



Жиры

В мясе, молоке,
сале, в
маслянистых
растениях



Углеводы

В крупах, муке,
крахмале

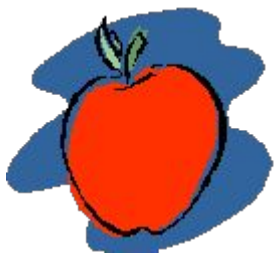




Витамины



Овощи, фрукты



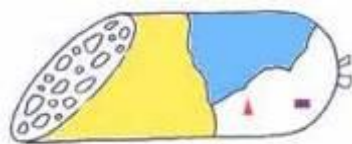
Состав некоторых продуктов:



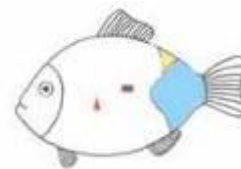
Капуста



Яблоко



Колбаса



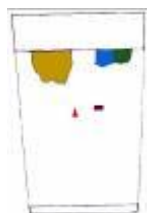
Рыба



Орех



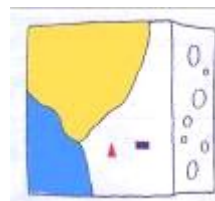
Молоко



Сметана



Масло



Сыр



Творог



Мясо

● — белки

● — углеводы

● — минеральные вещества

● — жиры

● — витамины

○ — вода

Выберите продукты, которые полезны для вас и разделите на две группы:

Полезные продукты

Неполезные продукты

рыба газированные напитки кефир чипсы каши копченая колбаса

подсолнечное масло торты морковь капуста майонез

яблоки

груши

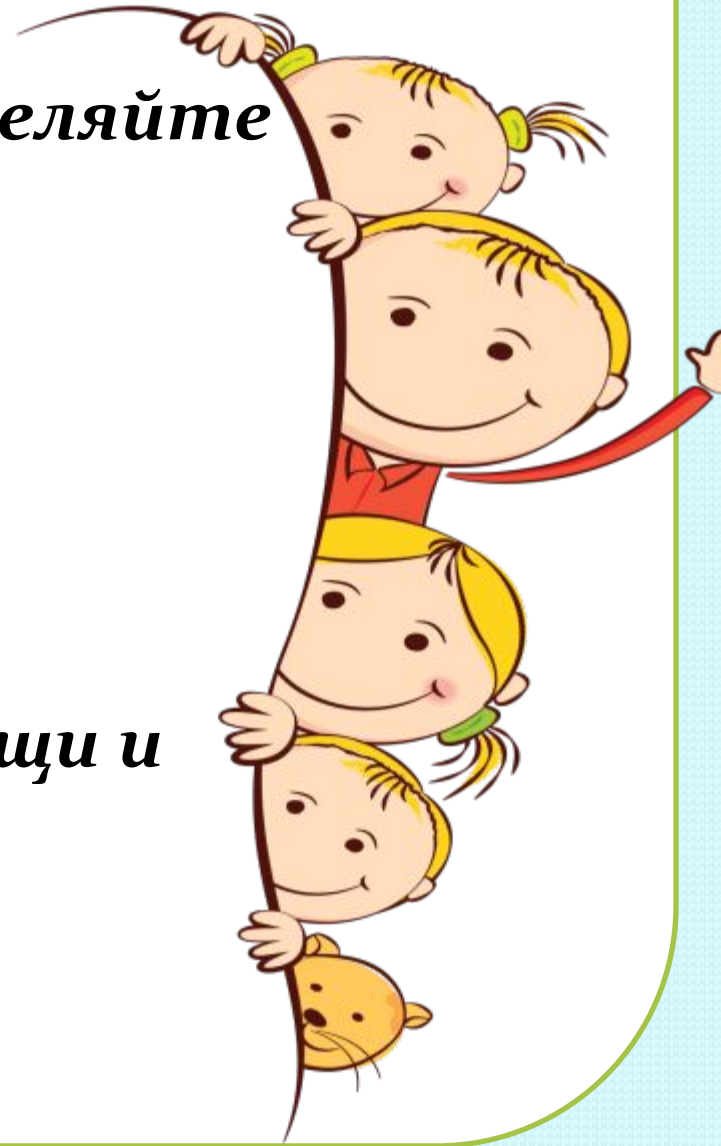
хлеб

кетчуп



Чтобы в группе всё получилось

- ❖ *Вместе читайте задание, составляйте план, распределяйте задания.*
- ❖ *Слушай своих товарищей.*
- ❖ *Не согласен - предлагай!*
- ❖ *Не стыдно просить о помощи и предлагать помощь.*



продукты	белки	жиры	углеводы	витамины
----------	-------	------	----------	----------

молоко	3,0	3,2	4,7	А, В ₁ , В ₂ , В ₁₂
шоколад	9,2	44,2	43,7	В ₆ , Е
булочка	6,2	22,6	37,5	В ₁ , Е, РР
сок	-	-	12,3	С, Е, В ₆
йогурт	3,2	1,5	4,3	А

**Место для вашей
рекламы...**

Чему я могу научиться в проекте

после проекта	Мои знания	до проекта
	Я знаю, что пища состоит из....	
	Я знаю, что организму нужны белки для ...	
	Я знаю, что организму нужны жиры для...	
	Я знаю, что организму нужны углеводы для ...	
	Я знаю, что организму нужны витамины для ...	
	Я знаю вредные для организма продукты:	
	Я знаю, что такое режим питания и соблюдаю его (ответь да или нет)	
	Я стараюсь правильно питаться (ответь да или нет)	

Положи знания,
полученные на уроке,
в волшебный рюкзак





**СПАСИБО
ЗА
УРОК!**

Ссылки на источники графики

Транспорт <http://www.tao-tour.ru/upload/medialibrary/472/free-vector-transport.jpg>

Мальчики, девочки <http://so18.radikal.ru/i519/1304/3e/4bb97ff07cca.png>

<http://so19.radikal.ru/i631/1304/ce/87b1b43cee65.png>

<http://io22.radikal.ru/1304/ob/005110753ae9.png>

http://r46.ru/images/line_baby.jpg

Рекламный

щит http://images.yandex.ru/yandsearch?win=69&fp=0&uinfo=ww-1351-wh-667-fw-1126-fh-461-pd-1&text=%D0%97%D0%94%D0%95%D0%A1%D0%AC%20%D0%9C%D0%9E%D0%96%D0%95%D0%A2%20%D0%91%D0%AB%D0%A2%D0%AC%20%D0%92%D0%90%D0%A8%D0%90%20%D0%A0%D0%95%D0%9A%D0%9B%D0%90%D0%9C%D0%90&clid=1976480&pos=7&rpt=siimage&img_url=http%3A%2F%2Finternetua.com%2Fupload%2Ftinymce%2Fimages%2Fart1%2F13383_NpAdvHover-222x180.jpg.jpg

Картинки продуктов сканированы из рабочей тетрадь для школьников. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья. – М.: ОЛМА – ПРЕСС, 2008