

**Урок по  
окружающему миру  
в 1 классе составила  
учительница  
начальных классов**

**МБОУ СОШ № 4 г. Кызыла**

**Республики Тыва**

**Абакумова Евдокия Васильевна**

# Тема:

**«Почему нужно есть  
много овощей, фруктов  
и ягод?»**

***Прогнозируемые результаты:***

***Первоклассники познакомятся со значением витаминов в жизни человека, научатся различать овощи и фрукты***

# Задачи урока:

- **Расширить знания о пользе овощей и фруктов.**
- **Познакомиться с витаминами.**
- **Повторить правило гигиены.**
- **Воспитание здорового образа жизни**

# Путешествие по городу Здоровейску

**Назвать первую станцию**

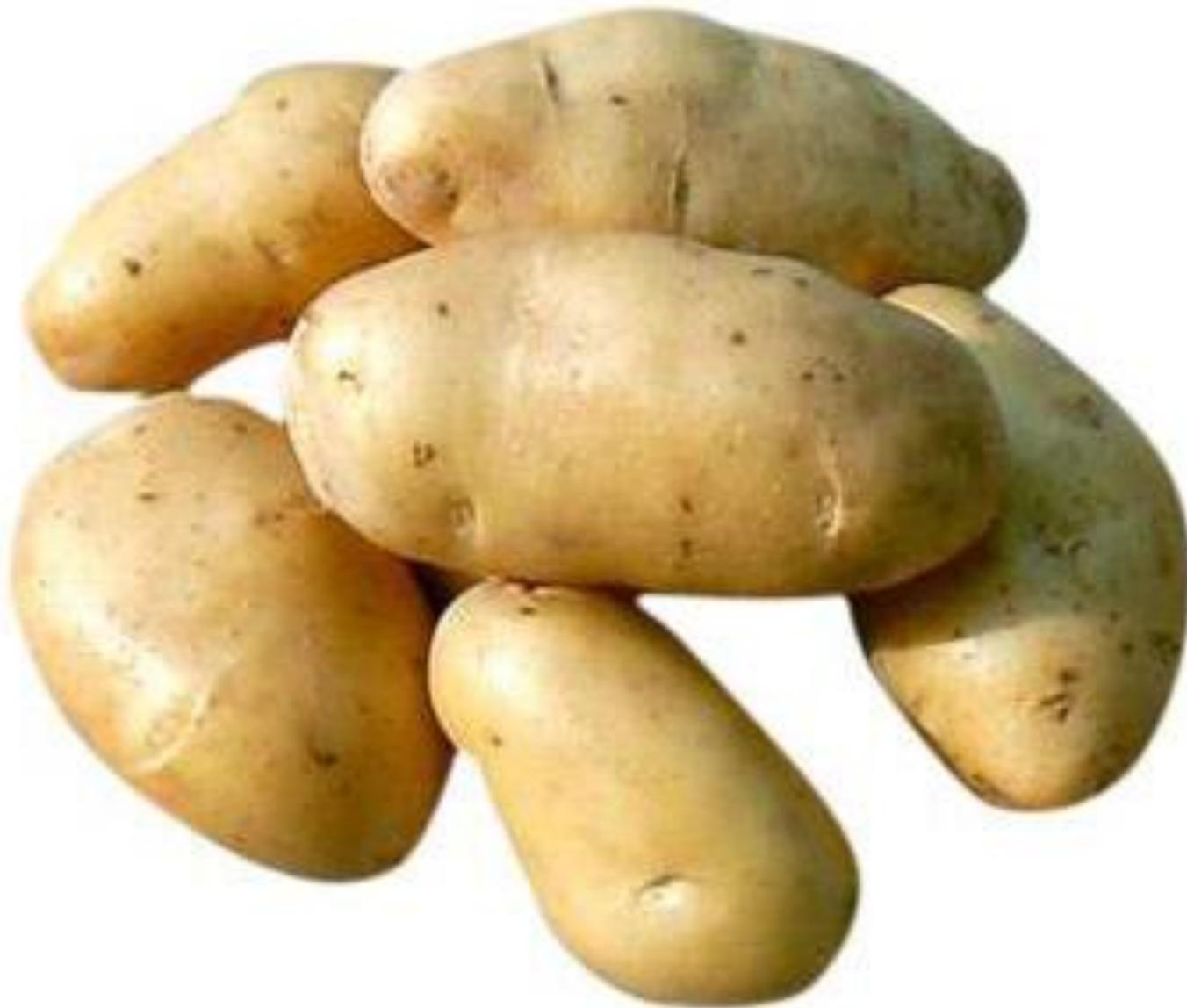
**Хозяйка однажды**

**С базара пришла**

**Хозяйка с базара**

**Домой принесла**

# *Картошку*



*Капусту*



# *Морковку*



# Горох



# Петрушка



# Свеклу



# Станция овощная



**Ешьте больше овощей  
- будете вы здоровей!**



# Станция Фруктовая



# Чем фрукты отличаются от овощей?







# Ягодная



# Практическая работа

- Приготовим морс из ягод, которые растут в Туве

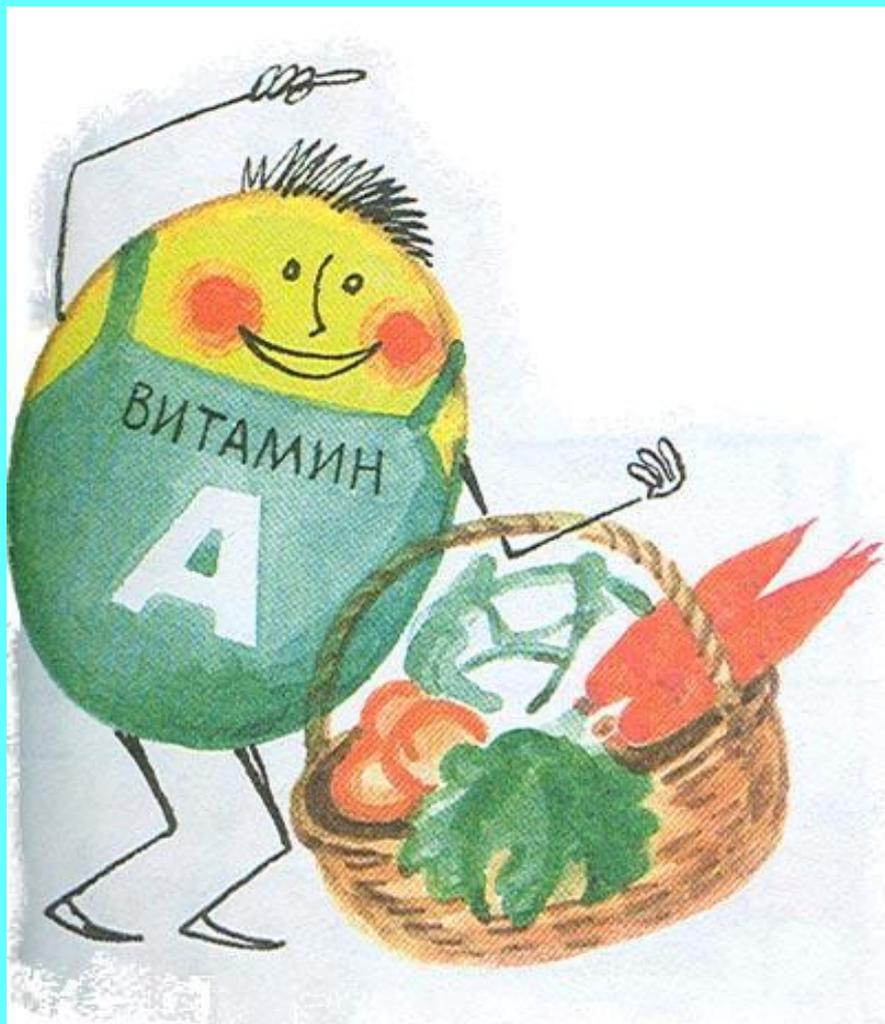


- Рецепт: 3 ложечки ягод, 1 ложечка сахару

# В ягодах много витаминов. Станция витаминная



# Витамин А



- Чтобы быстро расти, хорошо видеть, иметь крепкие зубы.

# Витамин В

- Чтобы быть сильными, иметь хороший аппетит и не плакать по пустякам.



# Витамин С



- Чтобы реже болеть, и быть всегда бодрыми.

# Чистюлькино



- Не забывайте перед едой хорошо мыть овощи и фрукты!

**Овощи, ягоды, фрукты  
– полезные продукты.**

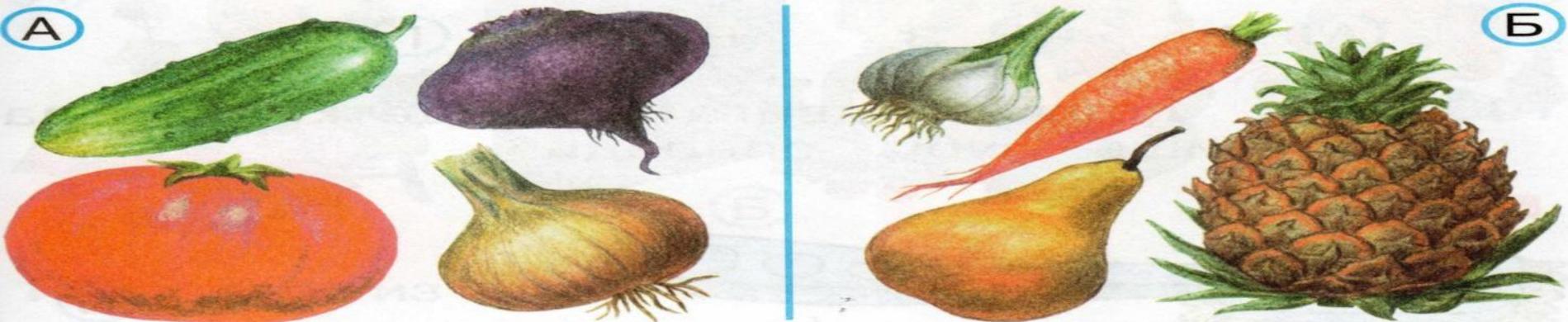
**Будьте здоровы!**

**Проверим знания!**

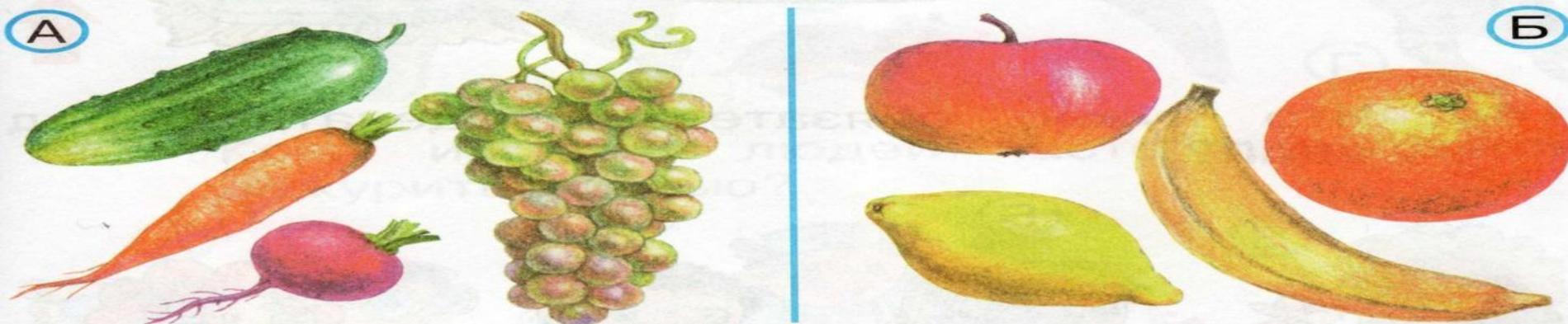
**Тесты**

# ПОЧЕМУ НУЖНО ЕСТЬ МНОГО ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ?

**139.** На каком рисунке показаны только овощи?



**140.** На каком рисунке показаны только фрукты?



**141.** Какой витамин вам нужен, чтобы реже простужаться и быстрее выздороветь при болезни?

- А Витамин А      Б Витамин В      В Витамин С

**Молодцы!**

**В день ребенок должен  
съесть 500-600 г  
овощей и фруктов.**

***Спасибо за урок***

## Используемая литература:

1. Учебник, А.А. Плешаков «Окружающий мир», М., Просвещение, 2012 г.
2. Рабочая тетрадь к учебнику: А.А. Плешаков «Окружающий мир», М., Просвещение 2012 г.
3. Тесты по окружающему миру. 1 класс. А.А. Плешаков. 2012 г.  
Источники Интернет-ресурса (см. в Презентации к уроку)