МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ЛИЦЕЙ № 62

**Что нужно есть в разное время года?**

**( Две недели в лагере здоровья)**

**Форма проведения: деловая игра.**

Подготовила

учитель высшей квалификационной категории

Колтунова Надежда Сергеевна

САРАТОВ 2011

**Деловая игра.**

**Тема:** «Что нужно есть в разное время года?».

**Цель:** сформировать представление об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах, вызывающих изменение в рационе питания;

познакомить с рецептами блюд, которые могут использоваться в летний и зимний периоды, расширить представление о пользе овощей, фруктов, соков;

познакомить с некоторыми традициями питания и блюдами национальной кухни жителей разных регионов;

расширить представление о традициях питания своего народа, формировать чувство уважения к культуре своего народа.

**Оборудование:** рабочие тетради для школьников М.М. Безруких, Т. А. Филиппова, А.Г. Макеева «Две недели в лагере здоровья», презентация по теме, компьютер, мультимедиа, раздаточный материал по теме, таблицы самоконтроля, набор продуктов ( овощи, фрукты, ягоды, зелень, соки, вода минеральная (лечебная, столовая), молочные продукты, , лимон, чай, корзины – 2шт.).

**Ход игры.**

1. **Мотивирование к деятельности. Работа в малых группах. (Слайд1)**
2. **Актуализация знаний**.

**Загадки о временах года.**

* + Пришла без красок и без кисти

И перекрасила все листья. **(Слайд 2)**

**(Осень) (Слайд 3)**

* + Кто, угадай – ка, седая хозяйка?

Тряхнула перинки – над миром пушинки. **(Слайд 4)**

**(Зима) (Слайд 5)**

* + Она приходит с ласкою   
    И со своею сказкою.   
    Волшебной палочкой   
    Взмахнет,   
    В лесу подснежник   
    Расцветет. **(Слайд 6)**

**( Весна) (Слайд 7)**

* + Солнце печёт, липа цветёт.   
    Рожь поспевает, когда это бывает? **(Слайд 8)**

**(Летом) (Слайд 9)**

**9. Фиксация затруднений. (Слайд 10)**

**Вопрос**: почему, говоря о правильном питании, мы вспоминаем о временах года? *( Рацион питания, в отличие от режима питания, может и должен меняться. Причиной таких изменений могут быть разные факторы, в том числе и сезонные изменения. Благодаря этому человек сможет сохранить и укрепить своё здоровье)*

**Вопрос:** какие проблемы испытывает организм человека в разное время года? *(Летний период – жажда, зимний – недостаток витаминов, риск простудных заболеваний)*

**Задание.**Назовите основные отличия рациона питания в летний и зимний периоды.

**10. Определение детьми темы и постановка задач деловой игры.** (*Тема: питание в летний и зимний периоды. Задачи: выявить причины, вызывающие изменения в рационе питания, изучить особенности питания в летний и зимний периоды).* **(Слайд11)**

**11. Проект выхода из затруднений. (Составление проекта деятельности) (Слайд12)**

**12. Физминутка.**

**Ведущий:**

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Коль неправильный совет.

Громко топайте: « Нет, нет!»

**ИГРА**

**Ведущий:**

Чтоб здоровым, сильным быть.

Надо овощи любить.

**(Дети хлопают в ладоши)**

**Ведущий:**

По утрам вместо зарядки

Надо кушать шоколадки.

**( Дети топают ногами и говорят: «Нет, нет!»)**

**Ведущий:**

На уроках не скучайте.

Быстро жвачку доставайте.

Её немного пожуёте.

Так и время проведёте.

**( Дети топают ногами и говорят: «Нет, нет!»)**

**Ведущий:**

Как приятно за столом.

Поболтать о том, о сём.

**( Дети топают ногами и говорят: «Нет, нет!»)**

**Ведущий:**

Пейте дети молоко.

Будете здоровы.

**(Дети хлопают в ладоши)**

**Ведущий:**

Лучше пепси друга нет.

И на завтрак и в обед.

**( Дети топают ногами и говорят: «Нет, нет!»)**

**Ведущий:**

Правильно питайтесь дети.

За здоровье вы в ответе.

**(Дети хлопают в ладоши)**

**13. Реализация проекта.**

**А) Самостоятельная работа в малых группах с раздаточным материалом. *(Слайд13)***

**Цель:** изучение нового материала по теме, разработка рекомендаций по рациону питания в разное время года)

**Б) Презентация информации. *(Слайд14)***

**В) Защита проектов.**

**Г) Рефлексия. *(Слайд16)***

**Формирование корзин с продуктами питания**, которым необходимо отдавать предпочтение в летний и зимний периоды. (Группа, изучающие питание в летний период, формируют корзину питания в зимний период).

**14.Самопроверка.**

**15. Подведение итогов. Самоанализ работы индивидуальной и групповой.**

Творческое д/з. Разработать меню жаркого летнего дня, холодного зимнего дня.

**Список литературы.**

1. Рабочие тетради для школьников М.М. Безруких, Т. А. Филиппова, А.Г. Макеева «Две недели в лагере здоровья», Nestle, 2008.
2. М.М. Безруких, Т. А. Филиппова, А.Г. Макеева «Две недели в лагере здоровья», Методическое пособие для учителя, Москва ОЛМА Медиа Групп 2008.