

# **ПОЧЕМУ НУЖНО ЕСТЬ МНОГО ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ?**

**УРОК ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА В 1 КЛАССЕ ПО  
ПРОГРАММЕ «ШКОЛА РОССИИ»**

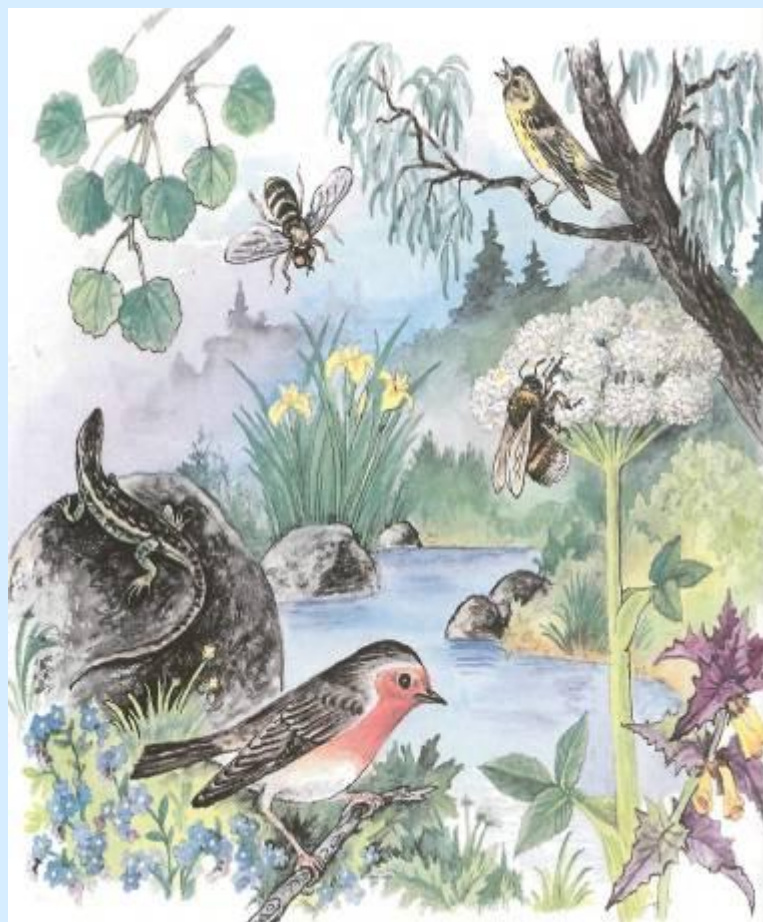
**УЧИТЕЛЬ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ  
ШЕУДЖЕН МАРИНА ЗАУРБИЕВНА**

**Долгожданный дан звонок,  
Начинается урок!**

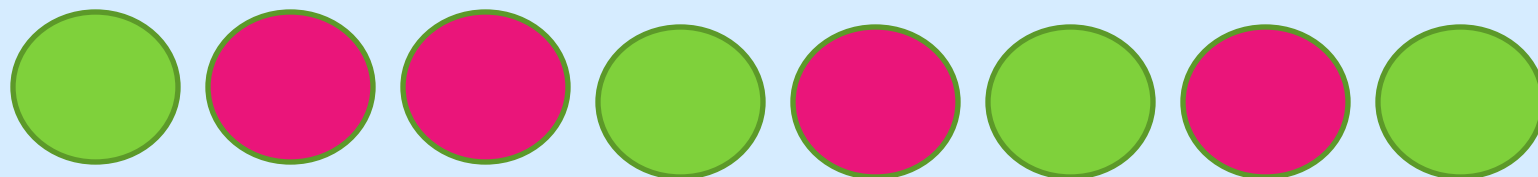
# ИГРА «ПРАВИЛА ВЕЖЛИВОСТИ».

УЧИТЕЛЬ ЧИТАЕТ ПРЕДЛОЖЕНИЯ, ЕСЛИ ЭТОГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ, ТО УЧЕНИКИ РИСУЮТ КРАСНЫЙ КРУЖОК, А ЕСЛИ МОЖНО, ТО ЗЕЛЕНый.

- 1. Ветки не ломайте, деревья не качайте, ни травинку, ни лист зря не рвите.
- 2. В лесу можно поиграть: листьями побросаться, венки плести, букеты нарвать. Подумаешь, много зелени - еще вырастет.
- 3. Наконец-то в лесу можно пошуметь, покричать, поаукать и, главное, никому не помешаешь! Ведь людей нет.
- 4. Старайтесь не шуметь, а то лес испугается, затаится, и вы не узнаете ни одной тайны.
- 5. Пучеглазую лягушку, ползучего ужа, неповоротливую жабу, противных гусениц можно прогнать, а лучше бы совсем не было.
- 6. Звери всякие нужны — звери всякие важны. Каждый из них в природе делает свое дело. Не пугайте животных!
- 7. Пришел на луг, нарви большой букет цветов.
- 8. Не ловите бабочек, они так нужны цветам!



# ПРОВЕРКА ЗАДАНИЯ.



# РАБОТА НАД ТЕМОЙ УРОКА.

- На жарком солнышке  
подсох
- И рвется из стручков...
- Прежде чем его мы съели,  
□ Все наплакаться успели.
- Он круглый и красный,  
Как глаз светофора.
- На грядке нет сочней ...



- Что красно снаружи,  
Бело внутри
- С зеленым хохолком на  
голове?
- 
- Летом — в огороде,  
Свежие, зеленые,
- А зимою — в бочке,  
Крепкие, соленые.



- Желтый, круглый, ты откуда? —
  - Прямо с солнечного юга.
  - Сам на солнышко похож  
Можешь съесть меня, но только
  - Раздели сперва на дольки.
  - Как меня ты назовешь?
- 
- Само с кулачок,
  - Красный, желтый бочок.  
Тронешь пальцем — гладко,
  - А откусишь сладко.



ОТГАДАЙ РЕБУС.

ана

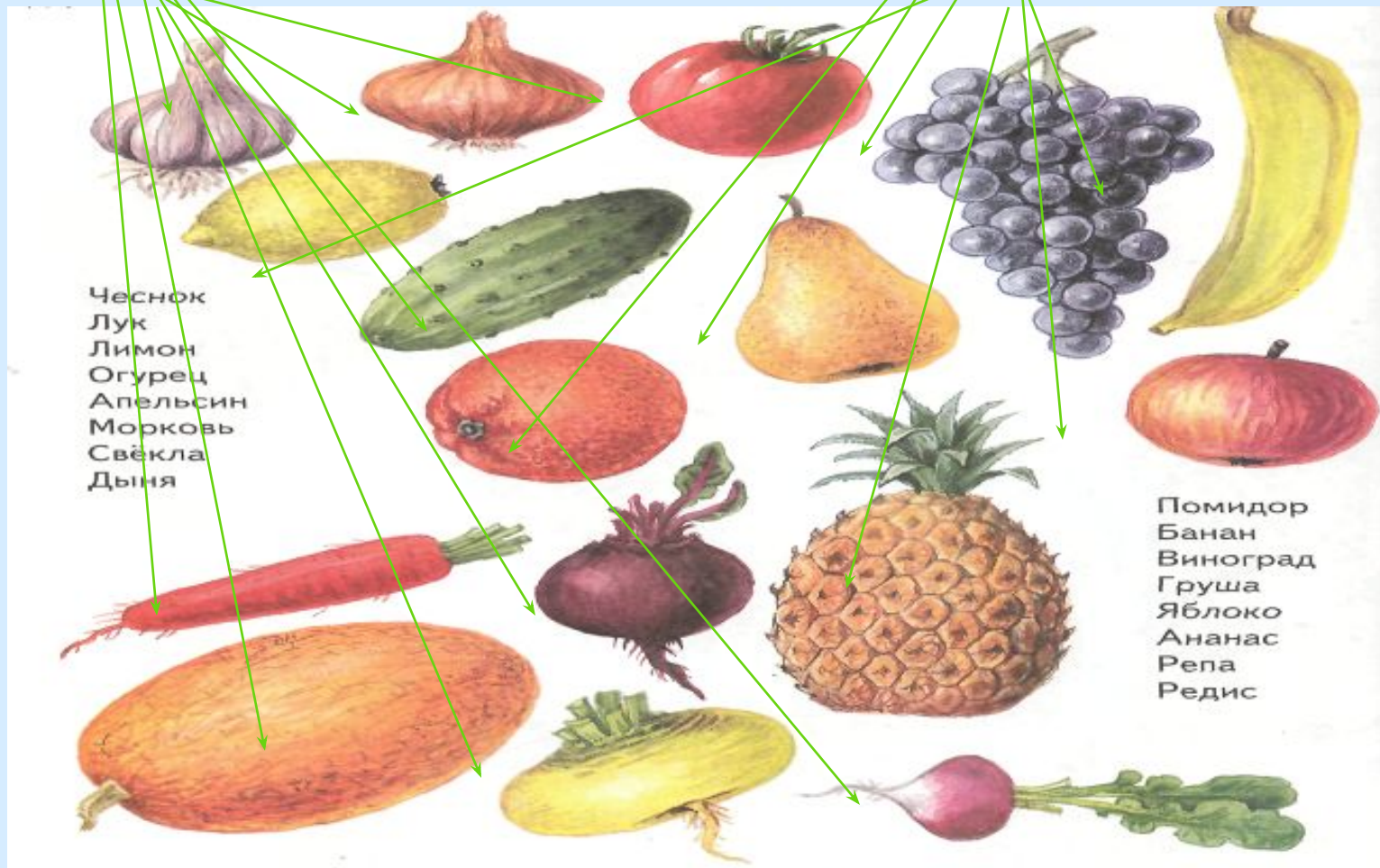
\_\_\_\_\_

с



## Овощи

## Фрукты





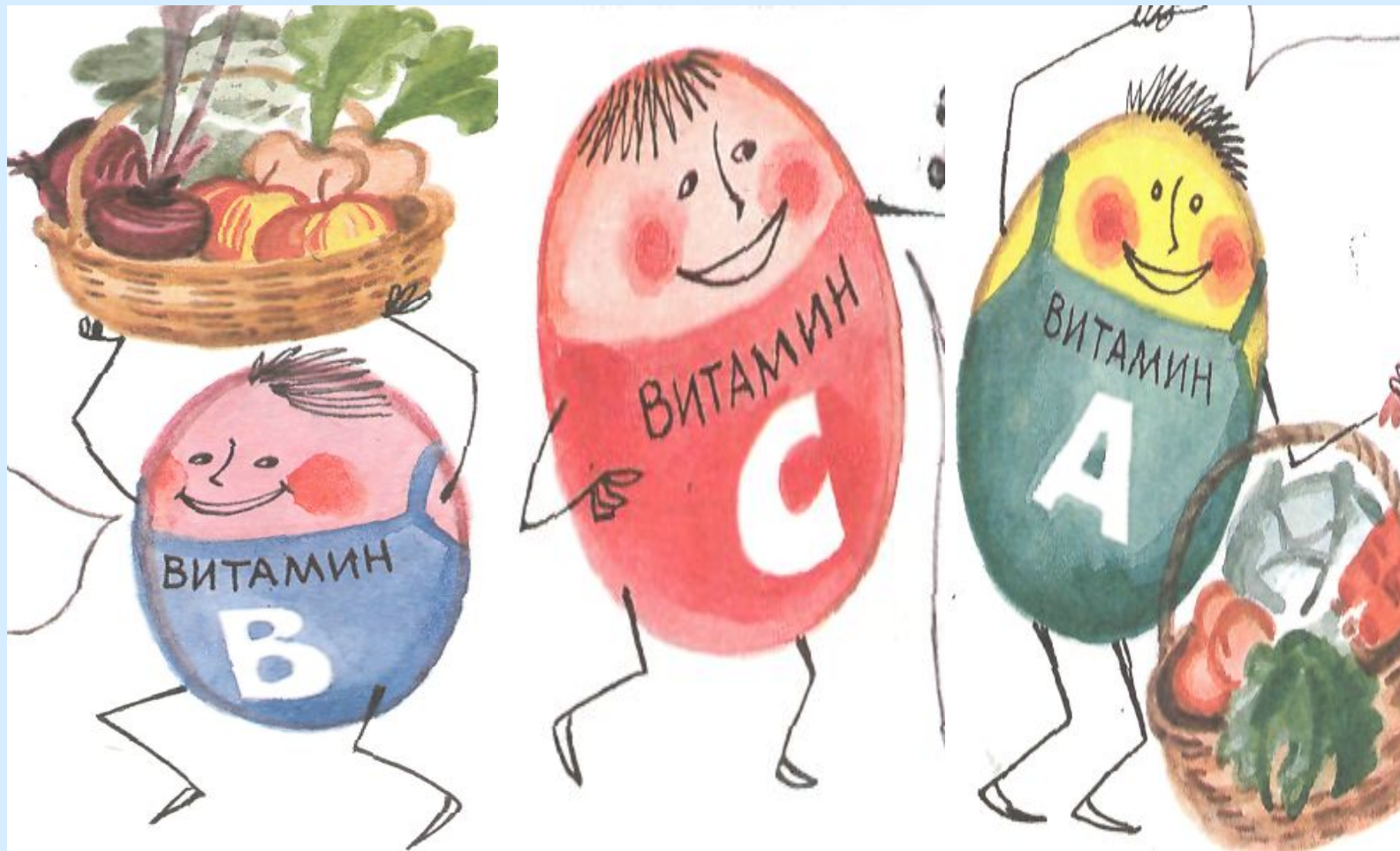


- Ребята, а как вы отличаете овощи от фруктов?
- Кто любит есть овощи и фрукты?
- Почему нужно есть много овощей и фруктов?

*□ Овощей и фруктов нужно есть как можно больше, потому что в них много витаминов и других полезных веществ. Без витаминов человек болеет!*



# ЗНАКОМСТВО С ВИТАМИНАМИ.



# БЕСЕДА О ВИТАМИНАХ.



# ИТОГ УРОКА

- Почему надо есть продукты, в которых есть витамин **А**?
- (Чтобы хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы.)
- Для чего нужен витамин **В**?
- (Чтобы быть сильным, иметь хороший аппетит, не огорчаться и не плакать по пустякам.)
- Для чего нужен витамин **С**?
- (Чтобы реже простужаться,
- быть бодрым, быстрее выздоравливать при болезни.)



- А что будет с Муравьишкой, если он будет есть только морковку?
- (Он все равно может заболеть, т.к. он не ест витамины **В** и **С**.)
- Какой вывод можно сделать?
- (Нужно есть все овощи и фрукты, потому что в них разные витамины.)



- Ребята! Не забывайте перед едой хорошо мыть овощи и фрукты!
- А почему — подумайте сами.

