|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Дата: 10.03.2014 | Коуч-учитель: Г.Е.Дуйсенбекова | | |
|  | Сынып: | 8 «Б, В» | | |
| 1 | Тема: | Здоровое питание | | |
| 2 | Цель: | Обобщить и раскрыть понятие о здоровом питании. | | |
| 3 | Технология урока: | СТО, ИКТ, Новые подходы в обучении | | |
| 4 | Методы: | Открытые и закрытые вопросы, класстер, рефлексия | | |
| 5 | Этапы урока: | Действия коуч-учителя | Действия учеников | |
|  | **Организационный момент:** | | | |
| 6 | Возбудить интерес: | С помощью физ.минутки «Танец скелета» повысила мотивацию аудиториии. | | Ученики танцуют танец под музыку. |
| 7 | Деление на группу: | Деление на группу с помощью слов «фрукты» и «овощи». | | Те кому нравятся фрукты, сидят в одной группе. А те, кому нравятся овощи, сидят в другой. |
| 8 | Понятие о здоровом питание: | А) **Здоровое питание** (здоровая диета, [англ.](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) [*healthy diet*](http://en.wikipedia.org/wiki/healthy_diet)) — это питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующее укреплению его здоровья и профилактике заболеваний. Соблюдение правил здорового питания в сочетании с регулярными физическими упражнениями сокращает риск хронических заболеваний и расстройств, таких как [ожирение](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B6%D0%B8%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5), [сердечно-сосудистые заболевания](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D1%81%D0%B5%D1%80%D0%B4%D1%86%D0%B0), [диабет](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B8%D0%B0%D0%B1%D0%B5%D1%82), [повышенное давление](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%80%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%B3%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%B7%D0%B8%D1%8F) и [рак](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%BB%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D1%87%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%BE%D0%BF%D1%83%D1%85%D0%BE%D0%BB%D1%8C). **Дополнительная информация: Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует** Рекомендации ВОЗ построены по принципу светофора. **Зелёный** **свет —** **еда без ограничений** — это хлеб грубого помола, цельные крупы и не менее 400 г в сутки овощей и фруктов. **Желтый** **свет —** **мясо, рыба, молочные продукты** — только обезжиренные и в меньшем количестве, чем «зеленые» продукты. **Красный** **свет —** **это продукты, которых нужно остерегаться: сахар, масло, кондитерские изделия.** Чем реже вы употребляете такие продукты, тем лучше.  Вопросы по теме;   * Открытые вопросы: Что такое «Здоровое питание»? * Закрытые вопросы: Как Вы относитесь к «Здоровому питанию» ?   В) Презентация на постере.  ● Одна группа готовит презентацию на вопрос «Здоровое питание малыша»  ● А другая группа готовит презентацию на вопрос «Здоровое питание взрослого человека» | | Ученики отвечают на вопросы  Ученики готовят постер и защищают. |
| 8 | Рефлексия: | По следующим вопросам заполняют рефлексию:   * Что раньше знал? * Что хочу знать? * Что нового узнал?   Они ответили на эти вопросы и предложили почаще проводить такие коучинги. | | Аудитория пишет рефлексию. |

