

Урок «Я то, что я ем»



Рогатюк Алесандра

11 «А»

МОУ СОШ№26

Урок «Я то, что я ем» был проведен 8 классу.

Он был представлен в виде беседы и обсуждения: детям задавались вопросы, над которыми они могли поразмышлять, а после дать ответ. Далее, от ведущего урок давалась точная информация об обсуждаемой теме, обобщающая ответы учеников.



Также, на уроке создавался, на основе тех ответов которые давали ученики, так называемый «человек». Так, дети уделяли теме больше внимания, а также могли от души посмеяться навыкам рисования ведущего, что увеличивало их способность к запоминанию новой информации.



По ходу урока на доске были показаны примеры полезной еды, которая подходила под три обсуждаемые способности человека:

- ***Красота***
- ***Выносливость***
- ***Ум***

Так, ученики могли наглядно видеть те продукты, которые имеют полезные свойства для человеческого организма.




Во время урока происходили некоторые казусы, но они превращались в шутки, что в свою очередь оказывало благотворное влияние на урок.





Хоть сначала дети стеснялись давать ответы на поставленные вопросы, уже к его середине велось бурное осуждения между ними и ведущим.



A close-up photograph of a white ceramic bowl filled with sliced banana. A dollop of white cream is on top, garnished with a fresh green mint leaf. The background is softly blurred, showing more banana slices and a wooden bowl.

«Подходя к концу, хочу напомнить, что желания мозга и желания организма не всегда совпадают у нас с вами. Поэтому именно вы сами, каждый из вас, должен сам согласовать их и определять, что есть, а что нет. Конечно, у нас бывают случаи, когда мы хотим принять к себе вредных вкусных «друзей». И это абсолютно нормально. Но спросите себя: «Что входит в моё основное питание?»»

О нет... Я слышу призыв к правильному питанию. Что ж, как не прискорбно, это случилось. Но решение в любом случае за вами. Хотите быть толстыми — ешьте лишь сладости, хотите быть хилыми — кушайте лишь овощи и зелень, хотите покрыться угрями — ешьте каждый день чипсы. Вы можете есть ВСЁ, что хотите! Только не забывайте: «Вы то, что вы едите».» -

- Слова, сказанные в заключение, привели к аплодисментам всего класса.