

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

**МБОУ СОШ № 4 г. Кызыла**

**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*

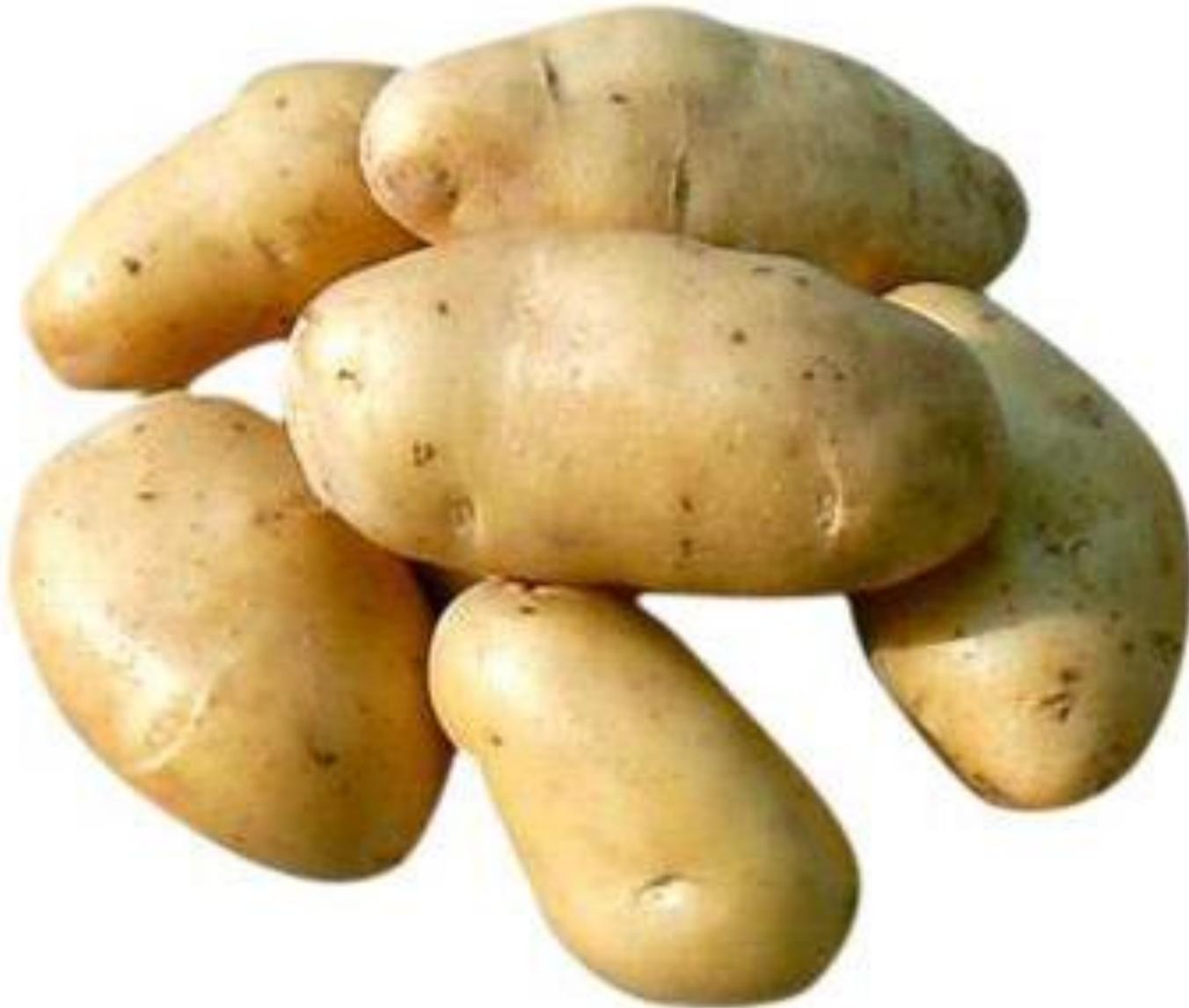
*Хозяйка однажды*

*С базара пришла*

*Хозяйка с базара*

*Домой принесла*

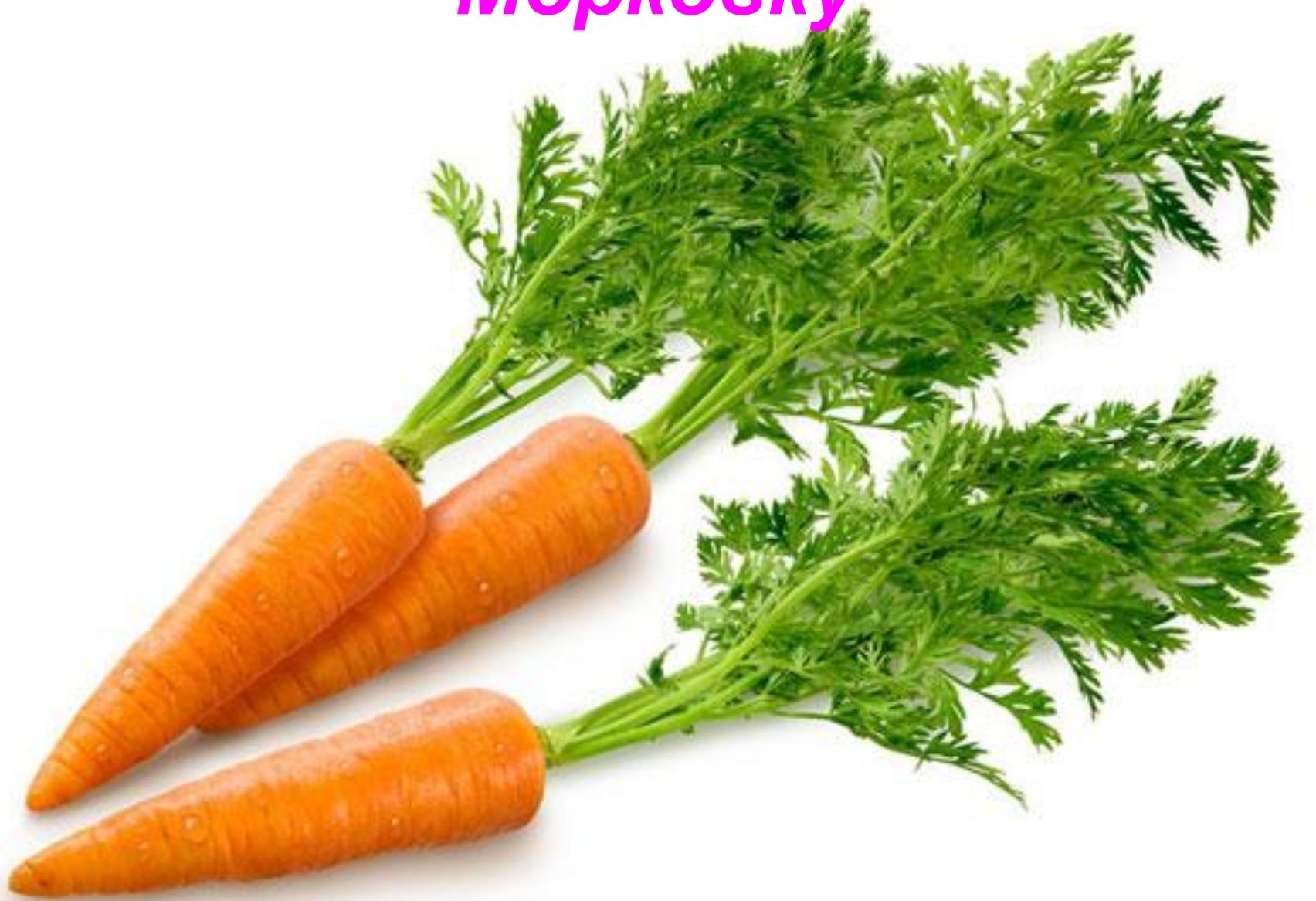
# *Картошку*



*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**



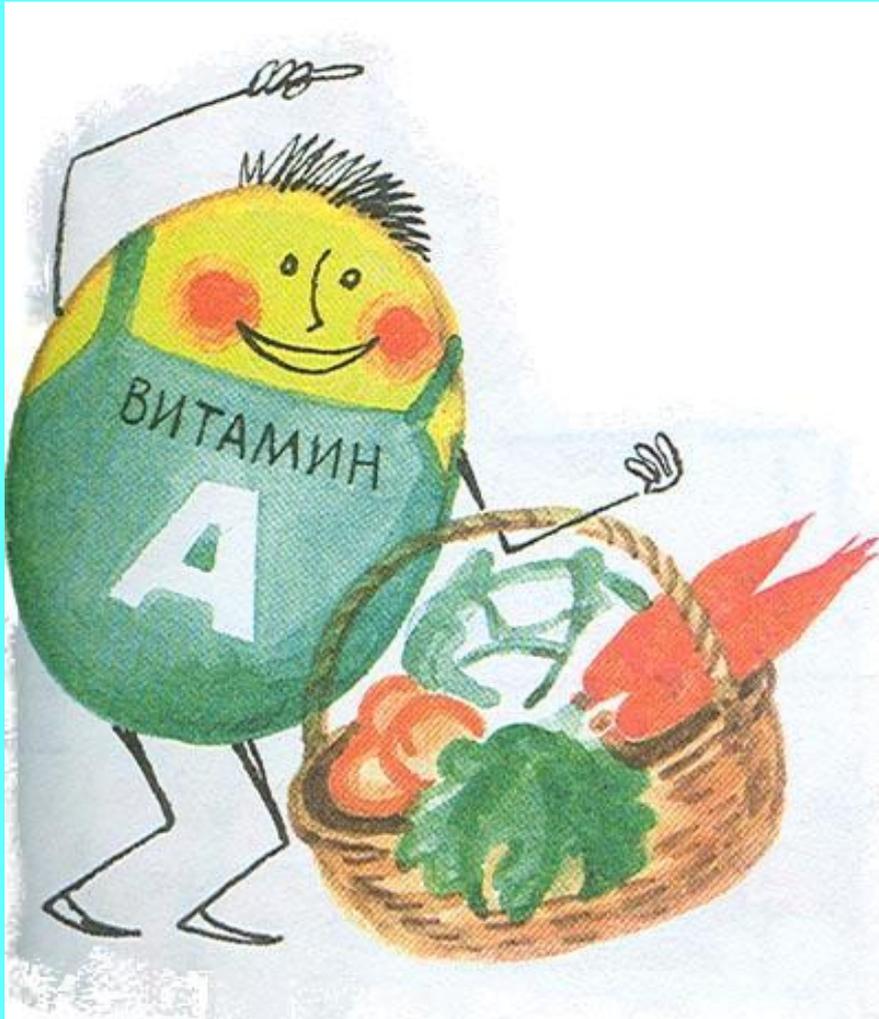
- **Рецепт: 3 ложечки ягод, 1 ложечка сахару**

# *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.***

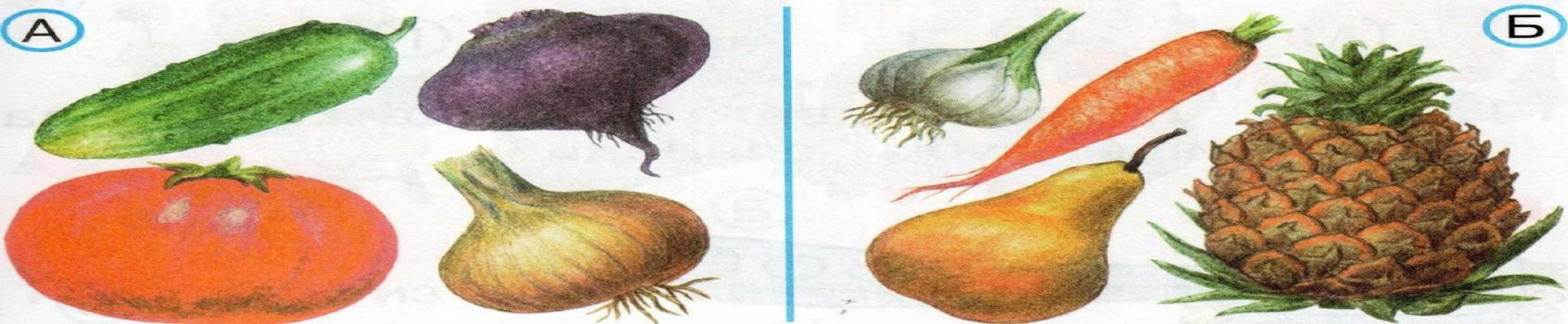
***Будьте здоровы!***

***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)***