

Использование ресурсов
сети Интернет
при выполнении
исследовательских работ
на уроке
"Окружающий мир".

Аргунова Л.Н. Баталова А.А. Демидова И.В.
учителя начальных классов
МОУ «ООШ№39» г.Кемерово

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Регулярное питание - одно из условий нормального развития организма ребёнка.

Мозг младшего школьника, особенно во время учёбы, нуждается в достаточном количестве питательных веществ для усвоения знаний.

Как гласит народная мудрость:

«Пустое брюхо к ученью глухо».

КОГДА РЕБЁНОК В ШКОЛЕ ГОЛОДЕН, ОН...

- испытывает усталость и сонливость;
- беспокоен и угрюм;
- расстроен и раздражён;
- ему трудно сосредоточить внимание на чём-то одном.

Так учёба никогда не наладится.

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Цель веб-квеста:

- доказать, что правильное питание может улучшить качество жизни;
- познакомить учащихся с полезными и вредными продуктами;
- воспитывать культуру приёма пищи.
- научить работать детей и родителей с Интернет – источниками.
- <http://sites.google.com/site/vebkvestpravilnoepitanie/Home>



Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Вступление.

Добрый день, уважаемые родители и ученики!
Сегодня мы с вами начинаем прохождение увлекательной игры (веб-квеста)

" Правильное питание младших школьников".



Вам предстоит разбиться на определённое количество групп, выбрав роли, от лица которых вы будете выполнять задания. Желаю вам удачи!

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Роли.

Врачи-диетологи.

Литераторы.

Социологи.

Художники-оформители.

Шеф-повара.

- План действия каждого члена группы
- Выбор роли, поиск информации (*изучить список информационных ресурсов, составить план поиска информации*).
- Объединение по интересам (*из общего материала выбрать наиболее интересный, оформить рекламный проспект*).
- Защита (*подготовить к публикации в веб-квесте*)

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Врачи-диетологи.



Врачи-диетологи

(ищут и дают советы о правильном питании)

Руководство для врачей-диетологов:

- пирамида питания
- http://www.welcomediet.ru/articles/piramida_pitaniya

- ВИТАМИНЫ для детей

<http://www.vitamini.ru/encyclopedia/use/list-article.aspx?rid=635>

- ШКОЛЬНЫЕ завтраки

http://www.solnet.ee/parents/p12_01.html

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Литераторы.



Литераторы

(собирают пословицы, поговорки, частушки об еде и питании)

Руководство для литераторов:

- [Кулинария для малоежек
http://www.solnet.ee/parents/p12_04.html](http://www.solnet.ee/parents/p12_04.html)

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Социологи.



Социологи

(составляют анкету о питании и проводят опрос)

Руководство для социологов:

Анкета.

1. Сколько раз в день вы едите?
2. Завтракаете каждый день?
3. Ежедневно едите первые блюда?
4. Едите ли вы ежедневно овощи и фрукты?
5. За какое время до сна вы ужинаете?
6. Что вы едите в промежутках между едой?
7. Разнообразно ли ваше меню в течение дня. Недели?
8. Какие продукты вы любите больше всего?

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Художники-оформители



Художники-оформители

(картинки, рисунки, фотографии по теме)

Руководство для художников-оформителей.

- пирамида питания

http://img.galya.ru/galya.ru/Pictures/catalog_dir/2007/03/12/199203.jpg

- смайлики-картинки

http://smiles.33b.ru/smile.bereich0_135_60.html

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Шеф-повара



Шеф-повара

(представляют рецепты любимых блюд)

Руководство для шеф-поваров:

- печёночные котлеты

http://www.solnet.ee/parents/p12_03.html

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

**Критерии оценки веб – квеста
(0, 5, 10 баллов)**

- Содержание
- Самостоятельная работа группы
- Оформление работы
- Защита работы

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Заключение

Здоровое питание

1. Разнообразное.
2. Регулярное.
3. Умеренное.

Правила питания.

Режим питания улучшает работу органов пищеварения.

Разнообразие питательных веществ и витаминов обеспечивает сбалансированное поступление необходимых организму веществ.

Тщательно пережевывать пищу и смачивать её слюной:

пережевывание

подготавливает пищу для желудочно-кишечного тракта, измельчённая пища более доступна для действия ферментов. Эксперименты

показывают, что только за счёт правильного жевания можно избавиться

более чем от 90% болезней желудочно-кишечного тракта.

Умеренность в еде. Важно не то, сколько съесть, а то, что и сколько

Веб-квест " Правильное питание младших школьников".

Использованная литература и ссылки на материалы:

<http://sites.google.com/site/vebkvestpravilnoepitanie/Home>

http://www.welcomediet.ru/articles/piramida_pitaniya

[http://www.vitamini.ru/encyclopedia/use/list
article.aspx?rid=635](http://www.vitamini.ru/encyclopedia/use/list_article.aspx?rid=635)

http://www.solnet.ee/parents/p12_01.html

http://www.solnet.ee/parents/p12_04.html

http://smiles.33b.ru/smile.bereich0_135_60.html

http://www.solnet.ee/parents/p12_03.html