Методическое обеспечение организации образования обучающихся с нарушениями зрения в дистанционном формате

**Сценарий занятия для обучающихся с нарушениями зрения по коррекционному курсу «Социально-бытовая ориентировка» в 6 классе на тему «Питание»**

**Цель:** сформировать представление о значении питания в жизни человека, здоровом образе жизни.

**Задачи**

*Коррекционно-образовательные*:

1. Расширить знания о питании.
2. Совершенствовать базовые знания о приемах пищи.
3. Закрепить и расширить знание о здоровом образе жизни.

*Коррекционно-развивающие:*

1. Развивать мышления, внимание, память, познавательные интересы
2. Развивать коммуникативные навыки.

*Коррекционно-Воспитательные:*

1. Воспитывать умение работать в команде.
2. Воспитывать чувство ответственности за результат собственного труда.
3. Воспитывать аккуратность, чистоплотность, опрятность, приобщать к здоровому образу жизни.

**Универсальные учебные действия (УУД)**

*Познавательные УУД:*совершенствование умения поиска и использования информации, получение необходимой информации для повседневной жизни

*Регулятивные УУД:*адекватно использовать остаточное зрение и сохранные анализаторы для формирования компенсаторных способов действия; различать способ и результат действия;использовать регулирующую и контролирующую функцию остаточного зрения и сохранных анализаторов в бытовой и учебной деятельности.

*Коммуникативные УУД:*адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи; использовать разные языковые средства для выражения мыслей.

**Планируемые результаты**

*Личностные результаты:*сформированность ответственного отношения к своей жизни, качественному выполнению социально-бытовой и социально-коммуникативной деятельности;

*Метапредметные результаты:* умение искать, получать и использовать информацию, необходимую в повседневной жизни, различать способ и результат действия; владение навыками использования регулирующей и контролирующей функции остаточного зрения и сохранных анализаторов в бытовой и учебной деятельности; способность решать коммуникативные задачи с использованием языковых средств.

*Предметные результаты:* **иметь представления** о правильном питании и здоровом образе жизни, полезных и вредных продуктах, полезных веществах и витаминах, и их содержании в продуктах.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап | Слова учителя | Слова обучающихся | Методический комментарий |
| 1.Организационный | **Приветствие**- Здравствуйте, ребята! - Вы готовы к сегодняшнему занятию? | - Доброе утро!- Мы готовы. |  |
| 2.Основной | - Дети, сейчас мы с вами сыграем в игру. Я назову букву, а вы назовете букву, которая стоит после/перед этой буквы.1. Назовите букву, которая стоит перед буквой «Р». 2. Десятая по счету?3. Между «С» и «У».4. Первая в алфавите?5. После буквы «М».6. Перед «Й».7. Есть буква с рожками, а есть такая же без рожек (в этом пункте слепым обучающимся целесообразно задать вопрос, например, связанный с количеством или расположением точек в буквах)? - Какое слово у нас получилось?**Введение в тему урока****(слайд 1)**Кушай овощи, дружок, Будешь ты здоровым! Ешь морковку и чеснок, К жизни будь готовым! Вы не пейте газировку,Ведь она вам вред несёт,А попейте лучше квасОн вкусней во много раз! - Да, сегодня мы с вами будем говорить о питании. И давайте начнем с правильного питания. **(слайд 2)****Получение новых знаний**Правильное питание – это употребление цельных продуктов, которые составляют 80-90% рациона. Они богаты питательными веществами и часто отличаются невысокой, но достаточной калорийностью. **(слайд 3)**Это крупы, злаки, овощи, фрукты, яйца, мясные, рыбные, молочные продукты, орехи, масла.**(слайд 4)**-Разгадаем несколько загадок. 1.Сверху зеленоСнизу красно,А в землю вросло. 2.Сидит ЕрмошкаНа одной ножке,На нем сто одежек,И все без застежек. 3.Сидит барыня в ложкеСвесив ножки? 4. Всем к обеду нужен, а не всякий сделает.5. Твоему мячу подобен,Только вкусен и съедобен.Хоть зелёные бокаМякоть красная сладка. 6. В чай кладу его поройЧай становится такойВкусный, ароматныйВитамином С богатый. 7. Чистое небо, да не водаКлейкое, да не смолаБелое, да не снег,Сладкое, да не мёдОт рогатого берут,Малым детям дают. Вкусные, сладкие, шоколадные…...Круглый, сочный, полосатый, красный….Спелое, ароматное, наливное….Горячая, молочная, густая….Жаренная, мясная, вкусная…. **Динамическая пауза (активная физкультминутка)****(слайд 5)**Кто это? Что это?Как угадать?Кто это? Что это?Как разгадать?Повороты вправо-влево с вытянутыми руками.Руки подняты вверх. Выполнять покачивающие движения вправо-влево.Это рыбацкая лодка.Ноги на ширине плеч. Руки в стороны, кисти подняты вверх. В таком положении выполняем покачивания из стороны в сторону.Это морская звезда.Руки поднимаем вверх, сжимая и разжимая пальцы, опускаем руки вниз.Это, конечно улитка.Руки в стороны, выполняем круговые движения.Всех разгадаю вас я.Руки разводим в стороны (педагог осуществляет индивидуальный показ упражнений слепым обучающимся). (**слайд 6)**- Поговорим о рационе питания. Рацион питания подразумевает здоровое питание. **Здоровое питание** — 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. **(слайд 6)**- Сколько раз в день человеку необходимо питаться?- Верно!- Дети, пища разделяется на две группы: полезные и вредные.**Динамическая пауза (зрительная гимнастика).**- Дети, давайте теперь сделаем упражнение чтобы наши глаза отдохнули.На вдохе посмотрите в правый верхний угол (приблизительно 45° от вертикали) и, не задерживаясь, верните глаза в исходное положение. На следующем вдохе посмотрите в нижний левый угол и на выходе верните глаза в исходное положение.Для начала выполняйте один цикл, затем два (через две-три недели) и, в конце концов, выполняйте три цикла.Динамическая пауза для слепых обучающихся (активная физкультминутка) (инструкция в аудиозаписи). Педагог осуществляет индивидуальный показ упражнений и контроль за их выполнением.**(слайд 7)****Полезная пища-** это полезные продукты, которыенеобходимо включать в рацион каждый день: они богаты аминокислотами, витаминами, микро- и макроэлементами, жирными кислотами, клетчаткой. При этом они легко усваиваются, не замедляют обмен веществ и не оказывают вредного влияния на здоровье. **(слайд 8-9)**К таким продуктам относят:Свежие ягоды, фрукты и овощи (витамин С, клетчатка).Крупы и приготовленные из них каши (витамины В, Е, магний, калий, фолиевая кислота).Сухофрукты и орехи (витамины, жирные кислоты, белок).Мясо птицы (белок, аминокислоты, витамины А, В, Е).Рыба и морепродукты. **(слайд 10)****Вредная пища-** это вредная несбалансированная еда с высоким содержанием сахара или жиров, но с низким содержанием белка, витаминов, минералов. **-** Давайте разделим продукты на две группы: полезные и вредные.Фрукты, чай, карамель, масло, мясо, молоко, хлеб, яйцо, супы, овощи, каша, сметана, торт, пирожок, чипсы, майонез, газировка, шоколад, сало.(дети начинают выполнять задание).- Что относится к вредным продуктам?- Что относится к полезным продуктам?- Правильно, молодцы! | - Буква «П».- Буква «И».- Буква «Т».- Буква «А».- Буква «Н».- Буква «И».- Буква «Е».- Питание.- Морковь.- Капуста.- Лапша.- Хлеб.- Арбуз.- Лимон.- Молоко. - …конфеты.- …арбуз.- …яблоко.- …каша.- …котлета.- 3-5 раз в день- Карамель, торт, пирожок, чипсы, майонез, газировка, шоколад, сало.- Фрукты, чай, масло, мясо, молоко, хлеб, яйцо, супы, овощи, каша, сметана. | Стимулирование познавательного интереса.Стимулирование познавательного интереса |
| 3.Заключительный | - Давайте вспомним и сделаем вывод, о чём мы говорили на занятии?**Домашнее задание.****(слайд 11)**1. Составить список полезных и вредных продуктов.
2. Составить свой рацион питания из полезных продуктов.

Ребята, вы сегодня хорошо работали, правильно отвечали на вопросы. Спасибо за занятие! | - Мы сегодня говорили о питании.Спасибо! | Метод педагогической поддержки – похвала. |