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 квас  Он 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 зелено  Снизу красно,  А в землю вросло.  2.Сидит Ермошка  На одной ножке,  На нем сто одежек,  И все без застежек.  3.Сидит барыня в ложке  Свесив ножки?  4. Всем к обеду нужен, а не всякий сделает.  5. Твоему мячу подобен,  Только вкусен и съедобен.  Хоть зелёные бока  Мякоть красная сладка.  6. В чай кладу его порой  Чай становится такой  Вкусный, ароматный  Витамином С богатый.  7. Чистое небо, да не вода  Клейкое, да не смола  Белое, да не снег,  Сладкое, да не мёд  От 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. |