

## Урок «Здоровое питание» 11 класс (10 класс)

Цели:

Образовательная:

Развивающая: развитие навыков чтения, говорения

Воспитательная: формирование языковой компетенции

Коррекционная: перенос полученных знаний в знакомую ситуацию

УУД :

### **Коммуникативные:**

понимать возможность различных позиций других людей, уметь формулировать собственное мнение.

### **Регулятивные:**

принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства её осуществления.

### **Познавательные:**

осознанно строить речевые высказывания в соответствии с задачами коммуникации

Ход урока :

1.Оргмомент. Приветствие. Проверка присутствующих, проверка средств коррекции, постановка целей и определение этапов урока.





Учитель : Look at the pictures. What can you see?

Обучающийся 1 : I can see different food.

Учитель : Is it ordinary food?

Обучающийся 2 : No, it is colour food.

Учитель : Do you think this colour food influence our health?

Обучающийся 3: I think it is useful for our health.

Учитель : Let`s put our goals:

1. We have to get ready ...
2. We have to develop...
3. We have to enrich our vocabulary in ...
4. We have to analize...

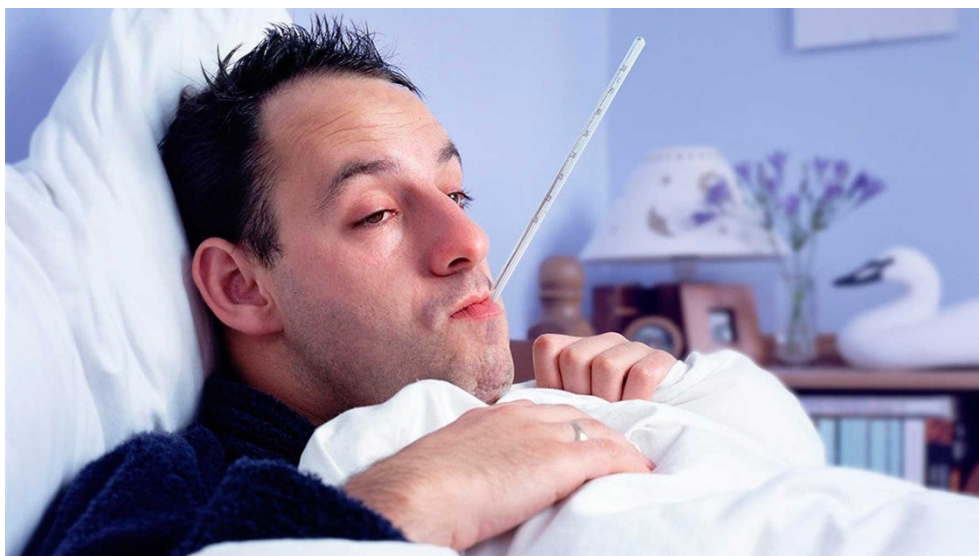
## 2. Актуализация знаний

Учитель : Now, match pictures with health problems

### 1. Problem



### 2 problem



### 3 problem







5 problem



5

6



### Problems

- a. Indigestion
- b. underweight
- c. lack of concentration
- d. tiredness
- e. tooth decay
- f. frequent illnesses
- g. indigestion
- h. dry skin

3. Мотивация обучающихся к изучению новой темы урока

Here are solutions to health problems. Match a problem and a solution and make dialogues.

1. Drink more water and eat more oily fish, nuts and seeds.
2. Avoid spicy foods and eating fast or late at night.
3. Eat food rich in vitamin C.
4. Cut out sugary drinks and snacks.
5. Follow a low-carbohydrate diet.
6. Eat lots of iron rich food and have a good breakfast.
7. Eat three well-balanced meals and three or four snacks per day.
8. Eat less and take regular exercises.

Примерные варианты ответов :

Вариант 1 ( положительный)

Обучающийся 1: I suffer from overweight.

Обучающийся 2: Have you thought about eating less and taking regular exercises?

Обучающийся 1: that is not a bad idea.

Вариант 2 ( отрицательный)

Обучающийся 1: I think I suffer from lack of concentration.

Обучающийся 2: It would be better if you ate lots of iron –rich foods and had good breakfasts.

Обучающийся 1: I have already tried that but it did not work.

#### 5. Совместное планирование деятельности

Учитель : Let`s read and translate the following words to the text:

Boost энергия

Brain мозг

Concentration концентрация, сосредоточенность

Infection инфекция

Eyesight зрение

Complain жаловаться

Tummy живот

Rumble урчать

Soothing успокаивающий

Handful жменя

Creative творческий.

Now translate the sentences

1. Red food gives you extra boost.
2. Orange food is brain food.
3. Orange food improves concentration.
4. Vitamins fight infections.

5. Carrots improve eyesight.
6. Your tummy starts rumbling.
7. Blue foods are soothing.
8. Eat a handful of raisins

5. Изучение и усвоение новых знаний .Чтение и перевод текста Rainbow of food ,Spotlight 10, стр 102-103.

6. Первичный контроль знаний

Answer the questions:

1. Which colour food should you eat if you have a difficult exam to study for?
2. Which colour food should you eat if you are feeling very nervous about meeting someone?
3. Which colour food should you eat if you are worried about getting lines and wrinkles?
4. Which colour food should you eat if you have been feeling a bit sad lately?
5. Which colour food should you eat if you are taking part in a champion swimming match?
6. Закрепление изученного материала. Коррекция новых знаний.

8. Домашнее задание

9. Итоги урока. Рефлексия. Оценивание обучающихся

Reflection :

1. I got to know about...
2. It was not easy for me to..
3. I was able to ...
4. I would like..
5. I remembered most of all...