

## **ЗНАЮ. ОСОЗНАЮ. ЖИВУ**

*Прочитайте введение. Затем приступайте к выполнению заданий, нажав на кнопку с номером задания.*

Введение

## **ЗНАЮ. ОСОЗНАЮ. ЖИВУ**

Восьмиклассники на уроке биологии изучали тему «Пищеварение», в т. ч. они познакомились с информацией о правильном питании.

Учитель им предложила организовать клуб «Знаю. Осознаю. Живу» и как людям, имеющим достаточный опыт, делиться этими знаниями с учениками начальной школы. Что можно предложить детям (систему мероприятий, сообщений, обучающих игр и т. п.? И какие идеи реализовать?

Предлагаем и вам выполнить некоторые задания. Познакомьтесь с ними и найдите интересные творческие решения.

*Проявите воображение!*



*Источник иллюстрации:*

<https://fikiwiki.com/kartinki/975-kartinki-my-za-zdorovoe-pitanie-56-foto.html>

## ЗНАЮ. ОСОЗНАЮ. ЖИВУ

### ЗАДАНИЕ 1 / 3

*Прочитайте текст, расположенный справа. Запишите свой ответ на вопрос.*

Доработайте и запишите оригинальную идею проведения финального дня марафона «Правильное питание».

Опишите **кратко и конкретно** (не более 8 предложений), как он может происходить.

Идея должна быть **оригинальной** в том смысле, что немногие ответили бы подобным образом, и **реалистичной**.

*Запишите свой ответ.*

В классе ребята обсуждали, что можно сделать членам клуба «Знаю. Осознаю. Живу», чтобы рассказать ученикам младших классов про правильное питание. Ваша подруга предложила провести десятидневный марафон «Правильное питание». Мы сможем предложить разные мероприятия за эти дни и подключить к активному участию самих детей. В конце марафона можно **устроить праздник** и подвести какие-нибудь итоги. Было много предложений: и выставка плакатов правильного питания, и конкурс «здоровый перекус», и презентации, и т.п.

Подумайте, что можно провести на финальном дне?

Доработайте эту идею. Возможно, вам помогут наши вопросы:

1. Как может быть организован этот праздник? *(Что было бы интересным детям? В какой форме его можно провести?)*
2. Что надо подготовить до встречи?
3. Как оповестить об этой встрече?
4. А что могли бы сделать вы?

## ЗНАЮ. ОСОЗНАЮ. ЖИВУ

### ЗАДАНИЕ 2 / 3

Воспользуйтесь текстом и фото, расположенными справа. Для ответа на вопрос используйте метод «Перетащить и оставить».

Распределите десять имеющихся предметов по группам наиболее оригинальным способом.

Выберите одну нужную таблицу и разместите предметы по ячейкам таблицы. Назовите получившиеся группы.

Помните, что у предметов, отнесённых к одной и той же группе, должно быть какое-то общее свойство.

Распределяйте предметы по группам, используя метод «Перетащить и оставить». Чтобы изменить свой ответ, перетащите элемент на его исходное место, а затем перетащите другой элемент в выбранное место.

#### Место для ответа

Таблица 1

Название первой группы	Название второй группы

Таблица 2

Название первой группы	Название второй группы	Название третьей группы

Один из конкурсов, который предложили провести на марафоне «Правильное питание» – распределение продуктов на группы. Ученики подобрали для него карточки с продуктами.

А какой ответ будет считаться верным? Все начнут раскладывать на группы растительного и животного происхождения или полезные и неполезные. Тогда победят или больше баллов наберут те, кто предложит оригинальную идею деления и правильно выполнит классификацию карточек.

Ребята, чтобы выбрать наиболее частотные ответы, решили сначала выполнить задание сами.





*Источники:*

*мясо, яйца, морковь, картофель <https://kartinkin.net/75574-poleznye-produkty-kartinki.html>*

*мука <https://gaspadar.by/products/muka/pshenichnaya/332.html>*

*масло <https://www.openbusiness.ru/biz/business/proizvodstvo-i-prodazha-slivochnogo-masla/>*

*хлеб <https://rusbread.ru/products/sovetskii>*

*булочка с корицей <https://hlebian.ru/shop/sloenye-izdeliya/bulochka-s-koricej/>*

## ЗНАЮ. ОСОЗНАЮ. ЖИВУ

### ЗАДАНИЕ 3 / 3

Воспользуйтесь текстом и рисунками, расположенными справа. Для выполнения задания используйте предложенные шаблоны и инструменты для рисования.

Используя предложенные инструменты для рисования и шаблоны, предложите оригинальный эскиз плаката «Правильное питание», такой, который придет в голову не каждому.

Вы можете выбрать форму для плаката, выбирать предложенные шаблоны, выбирать цвета, закрашивать, дорисовывать, дописывать, добавлять разные элементы, линии.

Используйте предложенные шаблоны и инструменты для рисования.



При желании вы можете описать замысел своего рисунка в поле ниже.

Ребята познакомились с информацией о правильном питании в учебнике биологии. Они отметили для себя важные позиции и решили это отразить на плакате для марафона «Правильное питание».

1. Пища должна быть разнообразной, привлекательной (по вкусу, запаху и внешнему виду), полезной. Какие группы продуктов не употреблять.
2. Они отметили, сколько раз в сутки нужно питаться и когда употребить большую часть пищи.
3. Они узнали требования к приему пищи и почему их надо придерживаться, что нужно учитывать, чтобы пища хорошо переваривалась, не повреждала пищевод и желудок (*температура пищи, еда всухомятку и т.п.*).

Опираясь на материал в учебнике и шаблоны, разработайте креативный эскиз плаката, чтобы он содержал всю необходимую информацию.



Источники:

круг с витаминами: <https://uroki-risovanie.ru/zdorovoe-pitanie-kartinki-i-raskraski-dlya-detej/>

полезные и вредные продукты <https://amiel.club/10089-kartinki-po-zdorovomu-pitaniju.html>

циферблат <https://steshka.ru/ciferblat-chasov-kartinki>

*стакан воды* <https://ru.depositphotos.com/stock-photos/>  
*сердце* <https://www.pngwing.com/ru/search>,  
*улыбки* <https://www.pngwing.com/ru/free-png-bhoiy>  
*эмодзи палец вверх* <https://www.pngwing.com/ru/search>  
*тарелка* <https://grow-clever.com/2016/09/govorim-s-detmi-o-zdorovom-pitanii/>  
*чай* <https://klike.net/3625-chashka-chaja-krasivye-kartinki-40-foto.html>  
*бутерброд* <https://www.1zoom.ru>