

**МОДЕЛЬНА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА  
ДЛЯ 1-ГО КЛАСУ  
ТА  
НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ**

**ТИЖДЕНЬ 27  
ТЕМА ТИЖНЯ:  
«НАВІЩО ЇСТИ»**

2018

**Навчально-методичні матеріали до Модельної навчальної програми для першого класу /** За ред. Л. Гуменюк, Н. Гальчевської, М. Товкало. – Львів: Центр освітньої політики, 2018.

Редакція висловлює вдячність за надані навчально-методичні матеріали творчій групі вчителів початкових класів Сумської області.

#### **Рецензенти:**

**Назаренко Г. А.**, доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник проректор КНЗ «Черкаський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради»,

**Чепурна Н. М.**, кандидат педагогічних наук, доцент, ректор КНЗ «Черкаський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради».

**Іванова О. С.**, учитель початкових класів середньої загальноосвітньої школи № 91 м. Львова, голова методичного об'єднання вчителів початкових класів.

В основу цих «Навчально-методичних матеріалів» покладено Модельну навчальну програму для першого класу, розроблену учасниками проекту «Нова українська школа» під керівництвом Р. Шияна та схвалену ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» для використання в загальноосвітніх навчальних закладах, які працюють у межах дослідно-експериментальної роботи всеукраїнського рівня за темою «Розроблення і впровадження навчально-методичного забезпечення початкової освіти в умовах реалізації нового Державного стандарту початкової загальної середньої освіти».

У «Навчально-методичних матеріалах» використано ідеї регіональних тренерських груп і вчительських спільнот, що здійснюють пілотування Модельної навчальної програми для 1-го класу.

Видання здійснено у межах реалізації проекту «Нова українська школа – точки зростання».

Просимо надсилати Ваші коментарі та пропозиції до цих матеріалів на електронну адресу [new.ukr.school@gmail.com](mailto:new.ukr.school@gmail.com).

## ЗМІСТ

Орієнтовні дослідницькі / проблемні запитання: .....	4
Завдання двадцять сьомого тижня: .....	4
Очікувані результати двадцять сьомого тижня: .....	4
<b>Навіщо ми їмо? .....</b>	<b>8</b>
Узагальнена таблиця .....	8
Ранкова зустріч .....	10
Групова робота «Що ми знаємо про їжу» .....	11
Мовні вправи .....	12
Складання ментальної карти «Навіщо мені їжа» .....	13
Бесіда з учнями «Як їжа перетравлюється» .....	14
Вправа «Читання з передбаченням» .....	15
Вправа «Обери їжу для сніданку/ обіду/ вечері» .....	16
Розв'язання повсякденних проблеми математичного змісту .....	17
Рольова гра «У крамниці» .....	19
Рефлексія. «Щоденник вражень». «Навіщо мені їсти?» .....	19
<b>Як визначити корисну і шкідливу їжу? .....</b>	<b>20</b>
Узагальнена таблиця .....	20
Ранкова зустріч .....	22
Мовна вправи для визначення теми дня .....	23
Обговорення «Що ми знаємо про їжу?» .....	23
Міні-проект «Кольори мого здоров'я – вітаміни» .....	24
Вправа «Кіт у мішку» .....	27
Експеримент із «солодкою» водичкою. У чому її шкода? .....	28
Перегляд мультфільму «Корисні підказки» .....	28
Лото «Улюблені страви» .....	28
Слухання уривку казки М. Кірносолової «Карамелькіно». Придумування кінцівки твору .....	29
Обговорення життєвих ситуацій .....	31
Гра «Ланцюжок здорового харчування» .....	31
Рефлексія. «Щоденник вражень». Заповнення таблиці «Що дізнався...» .....	31
<b>Як поводитися за столом під час споживання їжі? .....</b>	<b>32</b>
Узагальнена таблиця .....	32
Ранкова зустріч .....	34
Обговорення столового етикету .....	34
Інсценізація «Столові прибори» .....	35
Читання вірша «Пам'ятайте, любі діти!» (А. Свашенко). Обговорення правил поведінки за столом .....	35
Меню для кмітливців .....	36
Дослідження смаків .....	38
Бесіда за сюжетним малюнком «На кухні» .....	39
Практична робота «Дитяче меню» .....	39
Практична робота «Сервіруємо стіл» .....	40
Підведення підсумків заняття. Інтерактивна вправа «Крісло автора» .....	40
<b>Додатки. МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ДІТЕЙ .....</b>	<b>41</b>

## Тиждень 27

### ТЕМА ТИЖНЯ «НАВІЩО ЇСТИ»

4

#### Орієнтовні дослідницькі / проблемні запитання:

- Навіщо ми їмо?
- Як визначити корисну і шкідливу їжу?
- Як поводитись за столом під час споживання їжі?

#### Завдання двадцять сьомого тижня:

1. Формувати позитивне ставлення до власного здоров'я та прагнення правильно харчуватися для збереження і зміцнення здоров'я.
2. Дати уявлення про те, які корисні поживні речовини містяться у різних продуктах.
3. Формувати розуміння ролі різноманітного харчування.
4. Формувати навички дослідницької діяльності, узагальнювати набуті знання та використовувати їх у повсякденному житті.
5. Навчити спостерігати, як органи чуття задіяні у процесі харчування та травлення.
6. Допомогти дітям усвідомити вплив емоційної атмосфери на засвоєння їжі.
7. Навчати висловлювати свою думку, активно слухати в умовах усного спілкування, взаємодіяти з однокласниками.

#### Очікувані результати двадцять сьомого тижня:

На кінець тижня учні *знатимуть*:

- важливість їжі для організму людини;
- користь і шкоду від продуктів харчування;
- що їжа не лише задовольняє потреби організму людини, але й має викликати насолоду, бути естетичною на вигляд;
- правила здорового харчування;

*та вмітимуть*:

- пояснювати, що їжа має бути не лише смачною, а й корисною;
- обирати корисні продукти;
- сервірувати стіл;
- готувати дрібні здорові перекуски;
- дотримуватися безпечних прийомів праці;
- уважно слухати один одного в умовах безпосереднього спілкування.

№ з/п	Назва освітньої галузі	Очікувані результати учіння
1	Мовно-літературна	<p><b>ВЗАЄМОДІЄМО УСНО</b></p> <p>З увагою сприймає усні репліки учителя й однокласників (вітання, знайомство, запитання, прохання, прощання) й доречно реагує на усну інформацію в діалозі</p> <p>Користується прийомами уточнення значення окремих слів, виразів у сприйнятих на слух текстах</p> <p>Висловлює свою думку з приводу почутого або побаченого (тема тижня)</p> <p>Розповідає про власні почуття та емоції від прослуханого висловлення (казка, вірш, розповідь про події з життя або ) або побаченого (про спостереження за чимось /кимось)</p> <p>Уживає форму кличного відмінка іменника для звертання по імені до іншої особи, уживає ввічливі слова</p> <p>Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо)</p> <p><b>ЧИТАЄМО</b></p> <p>Читає деформований текст</p> <p>Добирає різні кінцівки до поданого тексту</p> <p>Переказує текст від імені різних персонажів, інсценізує</p> <p>Намагається виразно вголос читати нескладний текст після попередньої підготовки</p> <p><b>ВЗАЄМОДІЄМО ПИСЬМОВО</b></p> <p>Записує тексти з 3 - 4 коротких речень</p> <p>Дотримується правил переносу слова з рядка на рядок</p> <p>Розташовує слова у правильному порядку для утворення речення і записує його</p> <p>Правильно записує слова, вимова і написання яких збігається</p> <p>Розпізнає, називає і записує відому малу і велику букву «І», «Ж»</p> <p><b>ДОСЛІДЖУЄМО МЕДІА</b></p> <p>Обговорює зміст і форму простого медіатексту (світлина, фотоколаж, листівка, мультфільму)</p> <p><b>ДОСЛІДЖУЄМО МОВЛЕННЯ</b></p> <p>Пояснює вибір букв на позначення голосних та приголосних звуків (позиція голосного звука після твердого приголосного; позиція голосного звука після м'якого приголосного; позиція приголосного перед голосним; позиція звука [й])</p> <p>Творює власну загадку за зразком відомої загадки</p> <p>Правильно вимовляє чистомовки, скоромовки (тема тижня)</p> <p><b>ТЕАТРАЛІЗУЄМО</b></p> <p>Бере на себе роль у рухливих іграх або сюжетно-рольових іграх; використовує специфічні для ролі жести, рухи</p> <p>Відтворює репліки персонажів з казок</p>
2	Математична	<p><b>ЛІЧБА</b></p> <p>Лічить за правилами лічби об'єкти навколишнього світу (розташовані по колу) в межах 20</p> <p>Уживає у мовленні порядкові числівники при встановленні порядкового номера об'єкта відносно іншого</p>

	<p><b>ЧИСЛА, ДІЇ З ЧИСЛАМИ</b></p> <p>Називає попереднє і наступнє числа до будь-якого числа в межах 20</p> <p>Розуміє, що одна і та ж цифра в записі двоцифрового числа набуває різних значень залежно від своєї позиції</p> <p>Порівнює числа в межах 20</p> <p>Додає і віднімає число 1 в межах 20</p> <p><b>ВИМІРЮВАННЯ ВЕЛИЧИН</b></p> <p>Порівнює об'єкти навколишнього світу за довжиною, масою</p> <p>Порівнює іменовані числа, подані в одиницях маси</p> <p>Вимірює місткість посудини за допомогою літрової мірки</p> <p>Оперує грошима, здійснюючи покупки у крамницях (справжніх та уявних)</p> <p>Розв'язує повсякденні проблеми математичного змісту, що містять групи взаємопов'язаних між собою величин (маси, довжини)</p> <p><b>ПРОСТОРОВІ ВІДНОШЕННЯ, ГЕОМЕТРИЧНІ ФІГУРИ</b></p> <p>Відтворює досліджувані геометричні форми (вирізає, наклеює, малює, моделює та ін.), використовуючи для цього не лише готові геометричні фігури і тіла, а й упізнані у предметах навколишнього світу</p> <p>Демонструє вміння переміщувати об'єкти в заданих напрямках: справа наліво, зліва направо, згори вниз, знизу вгору</p> <p><b>РОБОТА З ДАНИМИ</b></p> <p>Створює прості таблиці з даними</p> <p>Зчитує дані з таблиць, піктограм, схем</p>
<b>3 Природнича</b>	<p><b>Я ПІЗНАЮ ПРИРОДУ</b></p> <p>Використовує інформацію, отриману з відомих та запропонованих іншими джерел (книги, фільми тощо)</p> <p>Визначає, що дає природа людині</p> <p>Визначає, які органи чуття знадобляться для обраного дослідження</p> <p>Провадить (самостійно або в групі) прості досліді</p> <p>Передбачає, якого результату досліджень він / вона очікує</p> <p>Розповідає про власні емоції, які виникають під час спостереження</p> <p>Запитує, щоб довідатися більше</p> <p><b>Я У ПРИРОДІ</b></p> <p>Розрізняє деякі трав'яні, м'ясоїдні та всеїдні тварини</p> <p><b>Я У РУКОТВОРНОМУ СВІТІ</b></p>
<b>4 Технологічна</b>	<p><b>МОЯ ТЕХНІЧНА ТВОРЧІСТЬ І ТЕХНІКА</b></p> <p><b>Я У СВІТІ ТЕХНОЛОГІЙ</b></p> <p>Дотримується безпечних прийомів праці під час використання інструментів та пристосувань</p> <p>Демонструє іншим результати власної діяльності</p> <p><b>Я У СВІТІ РЕМЕСЕЛ</b></p> <p><b>МІЙ ПОБУТ</b></p> <p>Спільно з дорослими розраховує приблизну кількість необхідних матеріалів для виконання завдання</p>

5	Соціальна і здоров'язбережна	<b>БЕЗПЕКА</b>
		<b>ЗДОРОВ'Я</b>
		Розрізняє корисні і шкідливі продукти харчування Пояснює, що не всі продукти корисні для здоров'я Розпізнає безпечні і небезпечні речовини Пояснює, як харчування впливає на здоров'я людини Розрізняє здорові та шкідливі звички, пояснює їх вплив на безпеку, здоров'я і добробут людини Пояснює важливість впливу питної води на організм Пояснює вплив друзів, сім'ї, та інших факторів на вибір здорового харчування Пояснює, як бути прикладом здорової поведінки для інших
6	Громадянська та історична	<b>ДОБРОБУТ</b>
		Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри Розрізняє ситуації, коли він/ вона або інші люди потребують допомоги
		<b>Я – ЛЮДИНА</b>
7	Мистецька	<b>Я – СЕРЕД ЛЮДЕЙ</b>
		Уважно вислуховує думку співрозмовника, висловлює свій погляд, шануючи гідність інших Надає допомогу тим, хто її потребує, і висловлює вдячність за підтримку
		<b>МОЯ КУЛЬТУРНА СПАДЩИНА</b>
8	Фізкультурна	<b>МОЯ ШКІЛЬНА ТА МІСЦЕВА ГРОМАДИ</b>
		<b>ПІЗНАННЯ, ІНТЕРПРЕТАЦІЯ МИСТЕЦТВА</b>
		<b>КОМУНІКАЦІЯ ЧЕРЕЗ МИСТЕЦТВО</b>
8	Фізкультурна	Працює (вирізує, конструює) з папером; ліпить з пластичних матеріалів Користується палітрою, стеками
		<b>СПЕЦИФІЧНА РУХОВА ДІЯЛЬНІСТЬ, ЩО ПОВ'ЯЗАНА З ВИДАМИ СПОРТУ</b>
		<b>ІГРОВА ТА ЗМАГАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ УЧНІВ (РУХЛИВІ ІГРИ ТА ЕСТАФЕТИ)</b>
		Дотримується безпечної поведінки під час ігор

## Навіщо ми їмо?

### Узагальнена таблиця

№ з/п	Приклади навчальної діяльності	Очікувані результати учіння	Індекс очікуваного результату
I.	Ранкова зустріч. Привітання. Обмін інформацією. Новини дня	З увагою сприймає усні репліки учителя й однокласників й доречно реагує на усну інформацію в діалозі Уважно вислуховує думку співрозмовника, висловлює свій погляд, шануючи гідність інших Сприймає монологічне висловлення (казку, вірш, розповідь про події з життя або про спостереження за чимось / кимось) Висловлює власну думку з приводу почутого, вступаючи у діалог	2 МОВ 1.1-1 2 ГЮ 7.2-3 2 МОВ 1.1-2 2 МОВ 1.6-1
II.	Групова робота «Що ми знаємо про їжу»	Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри Висловлює свою думку з приводу почутого або побаченого (тема тижня) Намагається виразно вголос читати нескладний текст після попередньої підготовки Фіксує здобуту інформацію / дані словами, зображеннями, символами Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо)	2 СЗО 4.4-6 2 МОВ 1.3-3 2 МОВ 2.2-2 2 ПРО 2.2-1 2 МОВ 1.7-2
III.	Мовні вправи	Розпізнає, називає і записує відому малу і велику букву «Ї», «Ж» Пояснює вибір букв на позначення голосних та приголосних звуків (позиція голосного звука після твердого приголосного; позиція голосного звука після м'якого приголосного; позиція приголосного перед голосним; позиція звука [й]) Правильно записує слова, вимова і написання яких збігається	2 МОВ 3.1-1 2 МОВ 4.1-1 2 МОВ 3.1-4
IV.	Складання ментальної карти «Навіщо мені їжа»	Добирає відомості / дані з різних джерел інформації Пояснює, як харчування впливає на здоров'я людини Складає і записує короткі речення (3–4 слова) з вивченими буквами	2 ПРО 4.2-2 2 СЗО 3.1-1 2 МОВ 3.1-1



V. Бесіда з учнями «Як їжа перетравлюється»	Обговорює зміст і форму простого медіатексту (світлина, фотоколаж, листівка, мультфільму) Користується прийомами уточнення значення окремих слів, виразів у сприйнятих на слух текстах Досліджує свій організм	2 МОВ 1.4-4 2 МОВ 1.1-2 2 ПРО 4.3- 9
VI. Вправа «Читання з передбаченням»	Намагається виразно вголос читати нескладний текст після попередньої підготовки Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо) Визначає, що дає природа людині, тварині	2 МОВ 2.2-2 2 МОВ 1.7-2 2 ГЮ 2.2-2
VII. Вправа «Обери їжу для сніданку/ обіду/ вечері»	Розрізняє продукти за походженням (наприклад, рослинного, тваринного тощо) Пояснює вплив друзів, сім'ї, та інших факторів на вибір здорового харчування Складає перелік продуктів харчування, спожитих за день Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри Використовує інформацію, отриману з відомих мені та запропонованих іншими джерел (книги, фільми тощо)	2 СЗО 3.1-2 2 СЗО 4.5-2 2 СЗО 2.3-3 2 СЗО 4.4-6 2 ПРО 2.1-1
VIII. Розв'язання повсякденних проблеми математичного змісту	Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри Уживає у мовленні порядкові числівники при встановленні порядкового номера об'єкта відносно іншого Демонструє вміння переміщувати об'єкти в заданих напрямках: справа наліво, зліва направо, згори вниз, знизу вгору Порівнює об'єкти навколишнього світу за довжиною, масою Оперує грошима, здійснюючи покупки у крамницях (справжніх та уявних)	2 СЗО 4.4-6 2 МАО 3.1-1 2 МАО 4.1-2 2 МАО 3.2-3 2 МАО 1.3-1
IX. Рольова гра «У крамниці»	Бере на себе роль у рухливих іграх або сюжетно-рольових іграх; використовує специфічні для ролі жести, рухи Уживає форму кличного відмінка іменника для звертання по імені до іншої особи, уживає ввічливі слова Намагається виразно вголос читати нескладний текст після попередньої підготовки Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо) Надає допомогу тим, хто її потребує, і висловлює вдячність за підтримку	2 МОВ 2.4-1 2 МОВ 1.8-2 2 МОВ 2.2-2 2 МОВ 1.7-2 2 ГЮ 7.2-2

X. Рефлексія. «Щоденник вражень». «Навіщо мені їсти?»	Записує тексти з 3 - 4 коротких речень. Уважно вислуховую думку співрозмовника, висловлюю свій погляд, шануючи гідність інших	2 МОВ 3.1-1 2 ГЮ 7. 2-3
XI. Рефлексія. П'ять щоденних видів діяльності (Daily 5): письмо для себе. Робота зі «Щоденником вражень»	Записує тексти з 3 - 4 коротких речень Порівнює свої почуття та почуття інших людей в одній і тій самій ситуації	2 МОВ 3.1-1 2 СЗО 3.3-4



## Навіщо ми їмо?

### I. Ранкова зустріч

#### 1. Привітання

- Привітайтеся з учнями словами вірша Петра Бихова, який підкаже учням, про що йтиме мова цього тижня:

#### Не вгадала

– Ой ти, Петре-вередій,  
Чом замурзаний такий?  
По твоєму бачу личку:  
Ти учора їв порічку,  
А сьогодні з'їв ячню, полуниці і черешню.  
– Помилилась, любя Алло!  
І що їв я – не вгадала:  
Я в суботу їв ячню,  
У неділю їв черешню,  
А сьогодні рано-зранку –  
Полуниці і сметанку!  
(П. Бихов)

#### Запитайте учнів про таке:

- Чому цей віршик викликає усмішку?
- Як довідалася Алла, що їв Петрик?
- А що на сніданок їли ви?

#### 2. Обмін інформацією

- Попросіть дітей висловитися в колі про власні сніданки:
  - *Що ти їв (їла) сьогодні на сніданок?*
- Будьте готові до того, що частина дітей не їсть сніданків, тому варто було б одразу порозмовляти про користь сніданку і важливість не пропускати його.

### 3. Новини дня

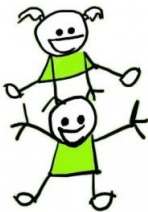
- Оберіть помічника дня і попросіть його подати інформацію за допомогою піктограми або шаблону про дату, назву тижня, погоду, кількість присутніх.

Місяць – славний квітникар,  
Сонячно і рясно  
Уквітчав наш календар  
Першим цвітом-рястом.

- Запитайте учнів про таке:
  - Який це місяць?
  - Який день місяця за порядком?
  - Яких сусідів має це число? З яких чисел складається?
  - Який за порядком місяць квітень у весні? А у році?
  - Як ще можна записати сьогоднішню дату? Що ви знаєте про квітень?

## II. Групова робота «Що ми знаємо про їжу»

Об'єднайте дітей у 5 груп. Кожній групі роздайте надруковані тексти-завдання та аркуші для відповіді. Попросіть прочитати та пригадати, що вони знають про їжу. Свої відповіді запропонуйте записати чи надрукувати на окремих аркушах. Учні заповнюють у таблиці «Знаю /Хочу дізнатися /Дізнався» частини «Знаю» (робота в групах). По закінченню діти обговорюють відповіді та розміщують на стіні в частині таблиці «Знаю».



### Матеріали для дітей. Додаток 1.

☺ Минуло свято Великодня. Кожна сім'я по-особливому готувалась до цього свята. Та було те, що об'єднувало всіх українців. Наприклад, страви на святковому столі. Пригадайте та запишіть особливу великодню їжу.

☺ Деякі предмети, призначені для людей, мають своє умовне житло. Наприклад, книги «живуть» у книгарні, бібліотеці, домашній книгозбірні, на книжковій полиці, у музеї книги. Одяг «живе» у шафі для речей, магазині одягу, в ательє, на фабриці пошиву одягу, в роздягалці. Запишіть, де «проживає» їжа.

☺ Їжа, яку споживають люди, може рости на городі (картопля, огірки), на деревах та кущах (яблуко, смородина). Окрім того, людина споживає різні страви, які готуються з окремих продуктів. Запишіть назви продуктів-родичів одним словом. Наприклад: яловичина, свинина, кролятина, курятина, індичатина – це м'ясо.

☺ Кожен із нас любить їсти смачну їжу. Таку їжу уминаєш з апетитом. Вона приносить задоволення. Щоб страву була смачною, треба вміти її приготувати. Приготування їжі називають **кулінарією**. Подумайте і запишіть слова, пов'язані з кулінарією.

☺ Наша їжа – це будівельний матеріал для нашого організму. Згадаймо, як зводиться будинок. Для будівництва необхідно багато різних матеріалів: цегла, граніт, пісок, цемент, великі залізобетонні блоки. Їжа містить такі корисні речовини, які є матеріалом для нашого організму. Завдяки цим речовинам ми рухаємося, ростемо, сприймаємо інформацію і навіть відчуваємося щасливими. Тому важливо їсти корисну їжу та займатися фізкультурою.

Але не всяка їжа багата на корисні речовини. Деяка їжа практично не має нічого корисного, а навпаки, шкодить нам. Вона не будує, а руйнує наш організм. Наприклад, солодка газувана вода містить багато шкідливих хімічних речовин, вона руйнує зуби, кістки, шкодить на шлунок. Подумайте, яка ще їжа приносить більше шкоди, ніж користі? Запишіть свою відповідь.

### III. Мовні вправи

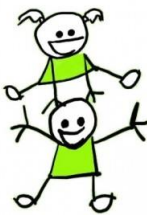
#### 1. Скласти слово «їжа»

Тема тижня потребує одночасного ознайомлення з двома буквами «ї» і «ж». В перший день діти вправляються у написанні букви «ї», в наступний – букви «ж».

Серед розкиданих букв знайдіть букви, які нам потрібні, щоб скласти слово “їжа”. Запитайте дітей, яка перша літера є у цьому слові. Скажіть, що літера «ї» позначає два звуки [й] та [і]. Ознайомте учнів із написанням букви «ї». Запропонуйте написати її в повітрі, пальчиком на піску, на аркуші, викласти камінчиками.

### Б І М Ї К О Ж П И А

- Назвіть букви в цьому слові. Скільки їх?
- Промовте звуки. Скільки їх?
- Чому звуків більше, ніж букв?
- Наведіть приклади слів із цією буквою.
- Прочитайте слова.



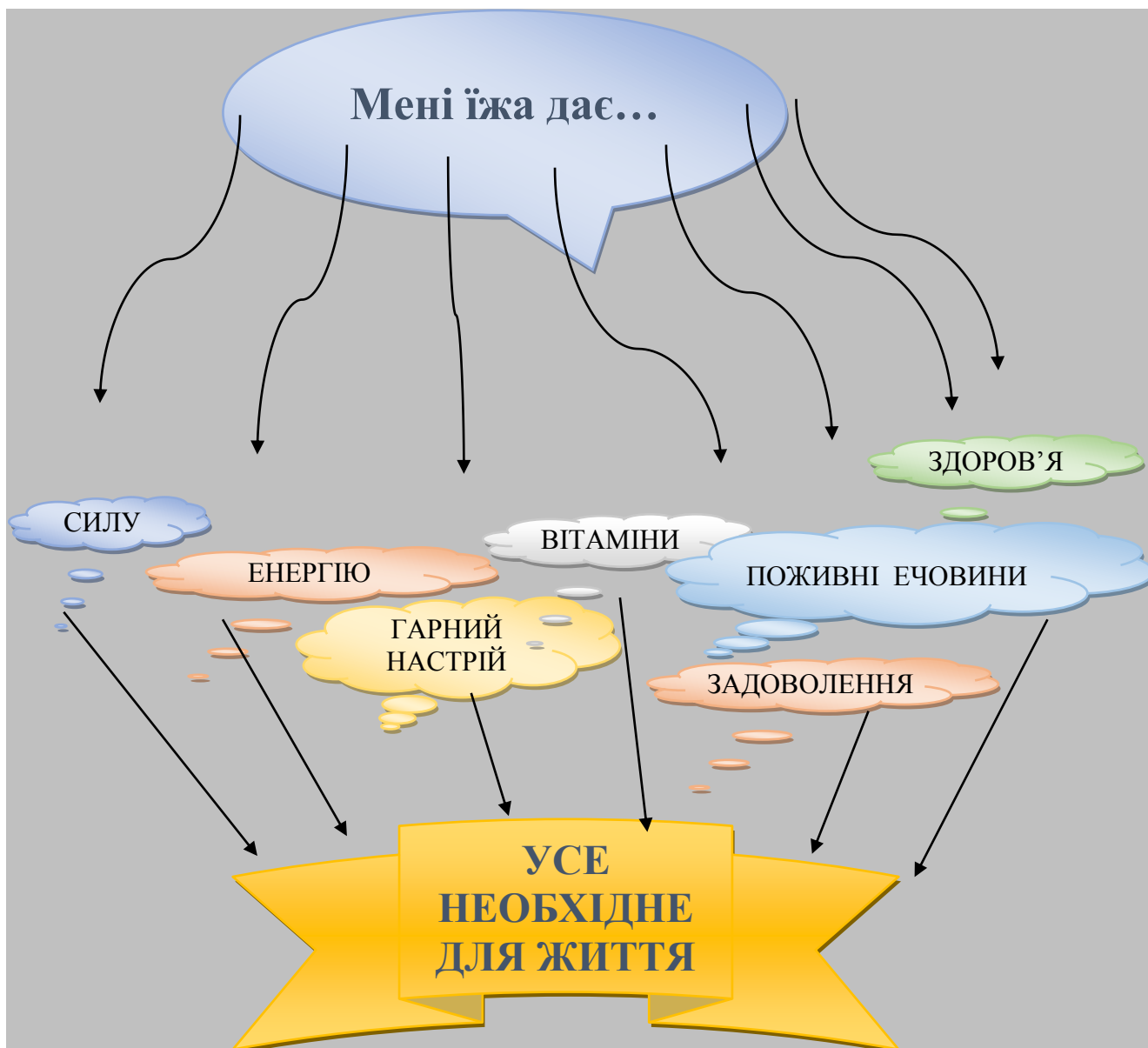
### Матеріали для дітей. Додаток 2.



- Які слова у нас зайві? Чому?
  - Складіть речення зі словами їв, їж, їм.
  - Промовте ці речення з питальною інтонацією, з інтонацією радості.
  - Доберіть і запишіть до слова “їжа” слова-ознаки.
  - (Їжа – смачна, корисна, здорова).
- Попросіть дітей дібрати слова чи вирази, близькі за значенням до слова:  
**Їсти** – харчуватися, уминати, споживати, їстоньки, поїдати, поглинати.

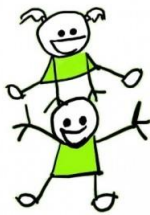
### IV. Складання ментальної карти «Навіщо мені їжа»

- Пригадайте учням, що на ранковій зустрічі ми згадували про свій сніданок. Поміркуйте над запитанням: навіщо їжа? Висловіть свої міркування.

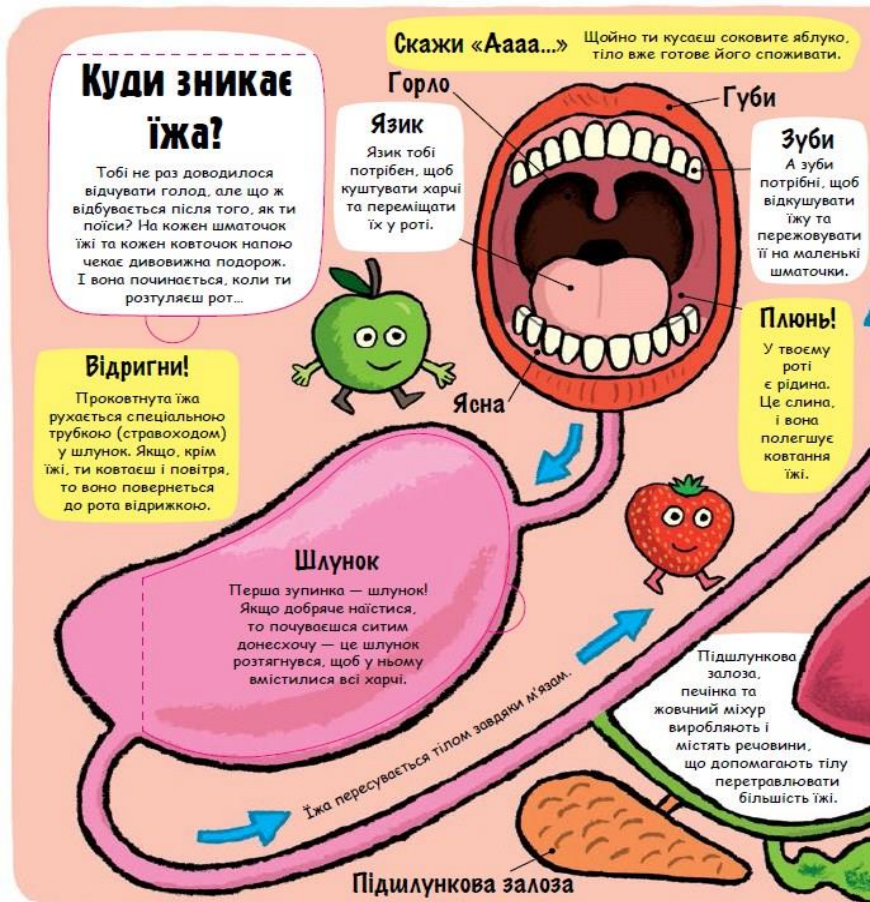


## V. Бесіда з учнями «Як їжа перетравлюється»

Харчування або споживання їжі – неодмінна умова нашого життя. Без їжі людина не може жити. Їжа дає енергію, без якої не відбудеться жоден процес у нашому організмі. Тобто, це своєрідне паливо для людського організму – як пальне для машини. До складу їжі входять дуже поживні для нашого організму частинки. Вони необхідні для роботи мозку, серця, легенів, м'язів та інших органів. Та для того, щоб принести користь, їжа повинна потрапити до нашого організму та перетравитися.



### Матеріали для дітей. Додаток 3.



Джерело: <https://goo.gl/YjShzh>

### VI. Вправа «Читання з передбаченням»

- Запропонуйте дітям прочитати заголовок вірша Анатолія Бортняка «Нагодую тварин». Запитайте дітей про таке:

*Як ви думаєте, про що йтиметься у творі? Якими мають стати тварини, коли їх нагодувати? (ситими)*

#### Нагодую тварин

Доручила мені мати  
рано-вранці на зорі  
всіх тварин нагодувати,  
що у нашому дворі.

Тим травиці, тому каші...  
Пояснила, що і як.  
Хай домашні друзі наші  
наїдаються усмак.

Тільки вийде мама з дому,  
засукаю рукави.  
Наношу коту рудому  
оберемками трави.  
Зачекалася корова.  
Тож мерщій із баняка  
з побажанням: «Будь здорова!  
я наллю їй молока.

Кину курям у повітці  
костомаху ось таку.  
Ну, а кроликам у клітці  
буде каша до смаку.

Дам собаці три морквини.  
Всиплю проса для свині.  
Як гадаєте, тварини  
будуть ситими, чи ні?

- Чи справдилось ваше передбачення? Чи наситились тварини? Чому ні?
- Підведіть учнів до висновку, що різні тварини харчуються по-різному. Тварини бувають травоядні. Вони харчуються рослинами. М'ясоїдні – харчуються іншими тваринами. Та всеїдні – і рослинами, і тваринами.

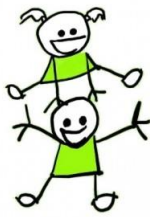
***Користь приносить лише та їжа, яку «приготувала» їм природа.***

## **VII. Вправа «Обери їжу для сніданку/ обіду/ вечері»**

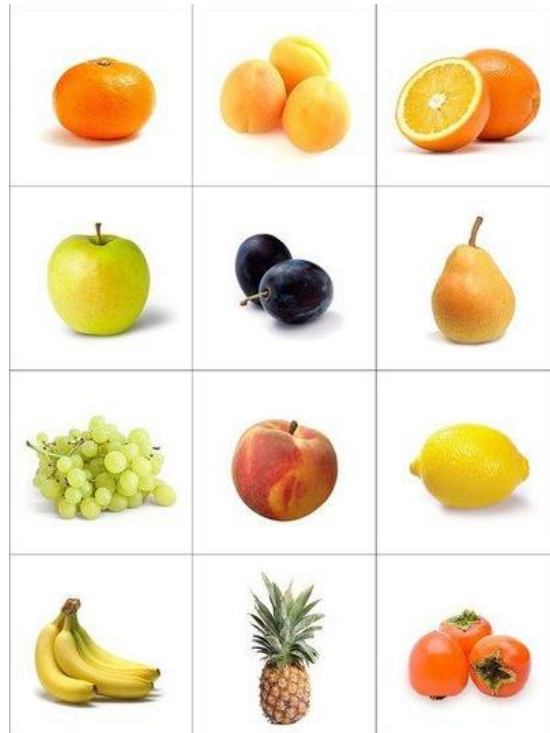
- Нагадайте учням відому приповідку:  
*«Сніданок з'їж сам, обідом поділися з другом, вечерю віддай ворогові».*
- Запитайте дітей, що означає ця приповідка і чого навчає?
- Попросіть дітей об'єднатися в групи і поспілкуватися про те, які продукти харчування придатні для сніданку / обіду / вечері.
- Запропонуйте кожній групі визначити час харчування, про який хотілося б поговорити (сніданок, обід або вечеря), а з комплекту малюнків обрати ті, які найбільше відповідають сніданкові, обіду чи вечері.
- Важливо, щоб діти аргументували свої думки спочатку у групі, а потім на рівні всього класу.



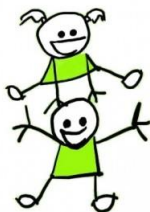




### Матеріали для дітей. Додаток 5.



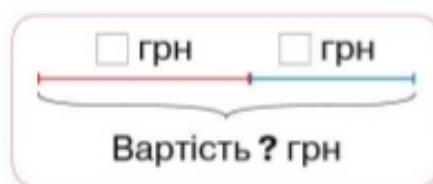
- Склади і розв'яжи задачу за малюнком.



### Матеріали для дітей. Додаток 6.



- Склади і розв'яжи задачу за схемою.



## ІХ. Рольова гра «У крамниці»

- Об'єднайте дітей у групи. У кожній групі оберіть трьох продавців, всі інші – покупці. Кожна група отримує картки із зображенням продуктів. По черзі одна дитина з кожної групи підходить до «продавців» своєї команди і «купує» продукт – описує його, не називаючи (використовуємо підказку). Якщо «продавці» здогадалися, про який продукт йдеться, віддають картку з потрібним зображенням. Якщо ні – «покупець» вертається ні з чим, а за ним іде інший «покупець». Перемагає та команда, яка матиме наприкінці гри найбільше «куплених» продуктів (карток).
- Цю гру можна ускладнити, запропонувавши «продавцям» визначити ціну свого товару, а «покупцям» виділити певну суму умовних коштів (наприклад, 30 умовних грн) і попросити заплатити за товар, перевірити, чи вони одержали правильну решту й аргументували свій вибір.



### Матеріали для дітей. Додаток 7.



### Що можна приготувати?

- Запропонуйте батькам провести з дитиною екскурсію до крамниці. Вони мають розказати, де купують продукти (гастрономія, овочевий, молочний, кондитерський або спеціалізовані відділи в супермаркеті).
- Попросіть батьків, щоб вони запропонували своїй дитині відібрати продукти для харчування сім'ї на невелику суму (наприклад, 20 грн) і разом обговорили користь від такої їжі. Так само важливо, щоб діти з'ясували, скільки коштують продукти в крамниці (котрі більше, котрі менше).

## Х. Рефлексія. «Щоденник вражень». «Навіщо мені їсти?»

- Запропонуйте учням висловити свої думки у письмовій формі про важливість харчування у житті дитини («Щоденник вражень»).
- Діти можуть писати будь-яким способом (олівцями, фломастерами, кольоровими ручками та ін.), малювати, створювати піктограми до теми. Час на таку письмову рефлексію – 10-15 хв. (Бажано такий вид діяльності пропонувати щоденно, його мета – вправлятися у висловленні власної думки).

## Як визначити корисну і шкідливу їжу?

### Узагальнена таблиця

№ з/п	Приклади навчальної діяльності	Очікувані результати учіння	Індекс очікуваного результату
I.	Ранкова зустріч. Привітання. Новини дня. Обмін інформацією	З увагою сприймає усні репліки учителя й однокласників й доречно реагує на усну інформацію в діалозі	2 МОВ 1.1-1
		Уважно вислуховує думку співрозмовника, висловлює свій погляд, шануючи гідність інших	2 ГЮ 7.2-3
		Сприймає монологічне висловлення (казку, вірш, розповідь про події з життя або про спостереження за чимось / кимось)	2 МОВ 1.1-2
		Розрізняє корисні і шкідливі продукти харчування Бере участь у діалозі на запропоновану тему	2 СЗО 3.4-1 2 МОВ 1.6-1
II.	Мовні вправи для визначення теми дня	Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри	2 СЗО 4.4-6
		Розпізнає, називає і записує відому малу і велику букву «Ї», «Ж»	2 МОВ 3.1-1
		Пояснює вибір букв на позначення голосних та приголосних звуків (позиція голосного звука після твердого приголосного; позиція голосного звука після м'якого приголосного; позиція приголосного перед голосним; позиція звука [й])	2 МОВ 4.1-1
		Правильно записує слова, вимова і написання яких збігається	2 МОВ 3.1-4
		Розташовує слова у правильному порядку для утворення речення і записує його	2 МОВ 3.1-4
		Уважно вислуховує думку співрозмовника, висловлює свій погляд, шануючи гідність інших	2 ГЮ 7.2-3
III.	Обговорення «Що ми знаємо про їжу?»	Висловлює свою думку з приводу почутого або побаченого (тема тижня)	2 МОВ 1.3-3
		Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо)	2 МОВ 1.7-2
		Розрізняє корисні і шкідливі продукти харчування	2 СЗО 3.4-1
		Пояснює, що не всі продукти корисні для здоров'я	2 СЗО 4.5-1
IV.	Міні-проект «Кольори мого здоров'я – вітаміни»	Визначає, що дає природа людині	2 ГЮ 2.2-2
		Пояснює, як харчування впливає на здоров'я людини	2 СЗО 3.1-1
		Складає і записує короткі речення (3–4 слова) з вивченими буквами	2 МОВ 3.1-1
		Відтворює досліджувані геометричні форми (вирізає, наклеює, малює, моделює та ін.), використовуючи для цього не лише готові геометричні фігури і тіла, а й упізнані у предметах навколишнього світу	2 МАО 4.2-2
		Сприймає монологічне висловлення (казку, вірш, розповідь про події з життя або про спостереження за чимось / кимось)	2 МОВ 1.1-2
		Працює (вирізує, конструює) з папером; ліпить з	2 МИО 1.1-6

	пластичних матеріалів Користується палітрою, стеками Демонструє іншим результати власної діяльності	2 МИО 1.1-8 2 ТЕО 1.5-1
V. Вправа «Кіт у мішку»	Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри Розпізнає безпечні і небезпечні речовини у продуктах Пояснює, що не всі продукти корисні для здоров'я Розрізняє здорові та шкідливі звички, пояснює їх вплив на безпеку, здоров'я і добробут людини Запитує, щоб довідатися більше	2 СЗО 4.4-6 2 СЗО 3.1-4 2 СЗО 4.5-1 2 СЗО 3.1-5 2 ПРО 4.2-1
VI. Експеримент із «солодкою» водичкою. У чому її шкода?	Передбачає, якого результату досліджень він / вона очікує Пояснює, що не всі продукти корисні для здоров'я Пояснює важливість впливу питної води на організм	2 ПРО 1.2-2 2 СЗО 4.5-1 2 СЗО 3.3-9
VII. Перегляд мультфільму «Корисні підказки»	Обговорює зміст і форму простого медіатексту (світлина, фотоколаж, листівка, мультфільму) Користується прийомами уточнення значення окремих слів, виразів у сприйнятих на слух текстах	2 МОВ 1.4-4 2 МОВ 1.1-2
VIII Лото «Улюблені страви»	Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо) Надає допомогу тим, хто її потребує, і висловлює вдячність за підтримку	2 СЗО 4.4-6 2 МОВ 1.7-2 2 ГЮ 7.2-2
IX. Слухання уривку казки М. Кірносолової «Карамелькіно. Придумування кінцівки твору»	Розповідає про власні почуття та емоції від прослуханого висловлення (казка, вірш, розповідь про події з життя) або побаченого (про спостереження за чимось / кимось) Відтворює репліки персонажів з казок Пояснює вплив друзів, сім'ї, та інших факторів на вибір здорового харчування	2 МОВ 1.8-1 2 МОВ 2.6-1 2 СЗО 4.5-2
X. Обговорення життєвих ситуацій	Пояснює, як бути прикладом здорової поведінки для інших Розрізняє ситуації, коли він/ вона або інші люди потребують допомоги Уважно вислуховую думку співрозмовника, висловлюю свій погляд, шануючи гідність інших	2 СЗО 4.6-4 2 СЗО 1.3-3 2 ГЮ 7. 2-3
XI. Гра «Ланцюжок здорового харчування»	Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо) Розташовує слова у правильному порядку для утворення речення і записує його	2 МОВ 1-1.7-2 2 МОВ 3-3.1-4
XII. Рефлексія. «Щоденник вражень». Заповнення таблиці «Що дізнався ...»	Записує тексти з 3 - 4 коротких речень. Уважно вислуховую думку співрозмовника, висловлюю свій погляд, шануючи гідність інших	2 МОВ 3.1-1 2 ГЮ 7. 2-3



## Як визначити корисну і шкідливу їжу?

### I. Ранкова зустріч

#### 1. Привітання

Учні утворюють коло для привітання та гри. Учитель пропонує невеличку гру для гарного настрою – назвати улюблену їжу та пояснити, за що учень її любить.

Учитель розпочинає першим:

– Я люблю яблука, бо вони соковиті та смачні.

Далі кожен почергово називає свою улюблену їжу.

Наприкінці вчитель підсумовує, що частина з названої їжі була корисною, а деякі продукти – ні. Тому треба обмежити їхнє споживання.

#### 2. Новини дня

Помічник вчителя – учень, подає записує дату, назву тижня, погоду, кількість присутніх.

#### 3. Обмін інформацією.

Відгадування загадок:

Холодильник похвалився,  
що на дім перетворився,  
де смачна і свіжа  
проживає ...

(Їжа)

Морква, біб і цибулина,  
бурячок і капустана,  
ще й картопля — шусть у горщик.  
Ну й смачний ми зварим ...

(Борщик)

Довго з тіста їх ліпили,  
Ув окропі поварили.  
Потім дружно ласували,  
Ще й сметанки додавали.

(Вареники)

Солодкий, як мед, білий, як сніг.  
У пошані у всіх;  
До рота попав,  
Там і пропав.

(Цукор)

Мене не їдять, і без мене не їдять.

(Сіль)

І поживне, і смачне,  
Біле, пінне, запашне.  
Залюбки малята п'ють,  
Здоровенькими ростуть.  
(Молоко)

Мене п'ють, мене ллють, усім потрібна я. Хто я така?  
(Вода)

- Варто обговорити користь чи шкоду продуктів, про які йдеться в загадках.
- Особливо наголосіть на користі молока і води для здоров'я учнів і на обережному вживанні цукру, солодких газованих напоїв та солі.

## II. Мовна вправа для визначення теми дня

- Запишіть на дошці слово «їжа». Запитайте дітей, чи вміють вони писати всі літери, які є у слові. Скажіть, що на письмі звук [ж] позначається буквою «ж». Ознайомте учнів із написанням букви «ж».
- Запропонуйте написати її в повітрі, пальчиком на піску, на аркуші, викласти камінчиками.
- Об'єднайте дітей у пари і запропонуйте виконати завдання:
  - Серед розкиданих букв (Л Е Е Ж) запропонуйте переставити букви, які потрібні, щоб скласти "їстівне" слово.
- Запитайте учнів, чи люблять вони желе і чи корисне воно?
- Повідомте учням, що не надто солодке желе корисне для наших кісток та суглобів.
  - Прочитайте слова:

ЇЖА	БАКЛАЖАН	ЖЕЛЕ	ЖАБА	ЖИР	ІНЖИР
-----	----------	------	------	-----	-------

- Що об'єднує ці слова?
- Яке з цих слів зайве? Чому?

(Для створення дискусійного моменту можна повідомити учням, що жаба в деяких народів теж може бути їжею).

- Доберіть і запишіть до цих слів ознаки (наприклад: інжир – м'який, корисний, солодкий).
- Оголосіть тему дня.

## III. Обговорення «Що ми знаємо про їжу?»

- Розкажіть учням, що є чимало смачної їжі, яка шкідлива для дитячого організму. Це чіпси, сухарики, велика кількість солодошів, солодкі газовані напої, майонез, гостра їжа.  
Так само дуже шкідливі продукти, в яких минув термін придатності. Тому обов'язково, купуючи, слід дивитися на дату виготовлення і термін придатності.
- Об'єднайте дітей у пари. Запропонуйте дітям скласти список корисних продуктів.

- Об'єднайте дітей у групи. Попросіть обговорити списки корисних продуктів та об'єднати їх в один список.
- Проведіть гру «Корисно – некорисно»
  - Корисно об'їдатися цукерками та тістечками. Так чи ні?
  - Ви повинні їсти 16 разів на день. Так чи ні?
  - Ви повинні вживати свіжу їжу, яка зберігає ваше здоров'я. Так чи ні?
  - Ви повинні їсти різноманітні продукти – м'ясо, рибу, молоко. Так чи ні?
  - Вам корисно їсти тільки макарони. Так чи ні?
  - Ви повинні їсти більше овочів та фруктів. Так чи ні?
  - Корисно їсти багато солодкого. Так чи ні?

#### IV. Міні-проект «Кольори мого здоров'я – вітаміни»

- Запитайте у дітей:
  - Що трапляється, коли відступає дощик та виглядає сонечко? (*небо стає кольоровим від веселки*).Коли ж відступає хвороба та приходить здоров'я – світ навколо стає барвистим, яскраво кольоровим.
- Запропонуйте учням розглянути зображення кольорових фруктів та овочів, де найбільше вітамінів, обрати «свого улюбленця» та прочитати коротке повідомлення.
- Дайте можливість кожній дитині прочитати всі написи й обрати свій фрукт чи овоч. Можна запропонувати дітям висловитись про продукт, якого немає на зображеннях.
- Після читання попросіть дітей намалювати «свій улюблений вітамін» та підписати рекламною фразою (можна скопіювати запропоновану на зображенні). Розмістіть малюнки на стіні.



#### Матеріали для дітей. Додаток 8.



ЧЕРВОНЕ ЯБЛУКО ЗРОБИТЬ МОЄ СЕРЦЕ СИЛЬНИМ, ЗЕЛЕНЕ ДОДАСТЬ СИЛИ МОЇМ М'ЯЗАМ





МОРКВА ПОДБАЄ ПРО МОЇ ОЧІ



КУКУРУДЗА КОРИСНА ДЛЯ МОГО ШЛУНКА.



АПЕЛЬСИН УБЕРЕЖЕ МЕНЕ ВІД ЗАСТУДИ



ВОЛОСЬКИЙ ГОРІХ ДОПОМАГАЄ МЕНІ РОСТИ ШВИДШЕ, ЗАСПОКОЮЄ



БАНАН ДОДАСТЬ МЕНІ ЕНЕРГІЇ І ДОПОМОЖЕ КРАЩЕ  
ЗАПАМ'ЯТОВУВАТИ



ВИНОГРАД ПОКРАЩИТЬ МІЙ НАСТРІЙ І ДОДАСТЬ БАДЬОРОСТІ



ЧЕРВОНИЙ БУРЯК ПОЛПШУЄ ТРАВЛЕННЯ



ЧОРНИЦЯ ПОКРАЩИТЬ МОЮ ПАМ'ЯТЬ



ПОМІДОР ПОДАРУЄ МЕНІ РАДІСТЬ



ОГІРОК ПОКРАЩИТЬ МОЮ ШКІРУ

- Слухання вірша Віри Правоторової «Смачні кольори»:

З'їхались в казковий дім  
Друзі в одязі таким:  
В помаранчевім, салатнім,  
У сливовім, шоколаднім,  
В абрикосовім, молочнім,  
І, якщо вже бути точним,  
Був ще друг у малиновім,  
Він шарівсь на кожному слові.  
Відгадай, хто друзі ці?  
Кольорові олівці!  
Назви їхніх кольорів  
Той придумав, хто хотів  
Помаранчів, слив, салату,  
Молока і шоколаду,  
Абрикосів і малинки.  
Покотилась в мене слинка,  
Бо вони такі смачні,  
Що смакують і мені!

- Проведіть бесіду за віршем.

*Орієнтовні запитання:*

- Чи запам'ятали ви кольори, про які йшлося у вірші? Спробуйте їх назвати.
- Чим ці назви особливі?
- Які ще смачні кольори ви знаєте (можете придумати)?
- Покажіть учням зразки названих кольорів у вигляді палітри.
- Запропонуйте учням створити з кольорового паперу (пластиліну) фруктову (овочеву) веселку, пригадуючи кольори улюблених фруктів (овочів) і записати їхню назву. Пояснити, чим корисні саме ці фрукти.

Червоний –

Оранжевий –

Жовтий –

Зелений –

Блакитний – (чи вдасться?)

Синій –

Фіолетовий –

## V. Вправа «Кіт у мішку»

- Запропонуйте учням зіграти у гру «Кіт у мішку». Покладіть у торбину пачку чіпсів, «Мівіну», пляшку «Кока-коли».
- Розкажіть дітям, що у торбині знаходяться різні об'єкти, які ми споживаємо. Потрібно їх угадати, прослухавши опис.

Об'єкт №1 (пачка чіпсів)

- Картопля – родичка цього харчового продукту. (Якщо діти не вгадали, продовжуйте описувати.)

- Цей продукт належить до фаст-фудів, тобто їжі, яка може споживатися не за столом. (*Якщо діти не вгадали, продовжуєте описувати.*)
- Щоб приготувати цю страву, тонкі скибочки картоплі обсмажують в олії та присмачують різними смаковими добавками.

#### Об'єкт №2 («Мівіна»)

- У перекладі з в'єтнамської мови це слово означає «вермішель».
- Сухий продукт швидкого приготування, який з водою перетворюється в суп.

#### Об'єкт №3 (Кока-кола)

- Цей напій часто рекламують перед зимовими святами.
  - У цьому газованому напої є багато цукру.
  - Має темний колір.
- Об'єднайте дітей в групи. Кожній групі роздайте по одному з відгаданих предметів та попросіть прочитати інформацію про їхній склад.
  - Підсумуйте, що всі ці продукти приносять більше шкоди, ніж користі – від них псуються зуби, болить живіт, з'являються зайві кілограми.

### VI. Експеримент із «солодкою» водичкою. У чому її шкода?

- Повідомте учням, що, відповідно до написів на етикетці, літрова пляшка солодкої газованої води містить велику кількість хімічних барвників та приблизно третину пляшки (!) цукру чи цукрового замінника.
- Продемонструйте, що таке солодка вода на прикладі експерименту.
- До півлітрової пляшки налийте 400 гр. теплої води, додайте оранжевої фарби, лимонної кислоти на кінчику ножа або аскорбінки, трошки штучного лимонного ароматизатора та 150 гр. цукру. Скажіть, що приблизно так роблять солодку воду. Запропонуйте учням підійти, понюхати цю воду, подивитися на світло, якого вона кольору.
- Запитайте учнів, чи готові вони випити таку «водичку»?
- Поясніть, що приблизно так роблять солодку газовану воду, тільки замість цукру додають приблизно третину солодкого цукрового замінника (що шкідливіший за цукор), а барвники додають харчові.
- Попросіть учнів зробити висновки про таке питво і запропонуйте альтернативу: *склянку чистої прозорої несолодкої води, корисної для росту дитини.*

### VII. Перегляд мультфільму «Корисні підказки»

- Перегляньте мультфільм «Корисні підказки». Обговоріть побачене. Режим доступу: <https://goo.gl/BL7VYG>

### VIII. Лото «Улюблені страви»

- Запропонуйте учням побродити класом і заповнити табличку для «Лото».



## Матеріали для дітей. Додаток 9.

### Знайди когось, хто найбільше любить їсти

<b>1. БАНАН</b> _____ вписати ім'я дитини	<b>2. РИБУ</b> _____ вписати ім'я дитини	<b>3. ЯБЛУКА</b> _____ вписати ім'я дитини	<b>4. СЛИВИ</b> _____ вписати ім'я дитини
<b>5. КАВУН</b> _____ вписати ім'я дитини	<b>6. ШОКОЛАД</b> _____ вписати ім'я дитини	<b>7. ТОРТ</b> _____ вписати ім'я дитини	<b>8. М'ЯСО</b> _____ вписати ім'я дитини

## ІХ. Слухання уривку казки М. Кірносової «Карамелькіно». Придумування кінцівки твору

- Попросіть учнів уважно послухати фрагмент казки й запропонувати свою кінцівку до неї.

### КАРАМЕЛЬКІНО

Андрійко дуже любив солодощі, а найбільше – цукерки. Він міг з'їсти штук десять за раз, навіть забувши поділитися з іншими.

– Цукерки – це добре, Андрійко, але ж потрібно їсти і суп, і котлетки, і овочі, і фрукти, і, звичайно, кашку. Саме вони надають тобі здоров'я і багато сил, – говорила мама.

Андрійко їв не досить добре, у тарілці завжди залишалася половина їжі.

– Я більше не можу... Нічого не лізе... – промовляв зі стогоном Андрійко.

Та тільки вставав з-за столу, біг за цукеркою. Вазочку з ними вже почали ховати по різних шафах, але для Андрія це було навіть цікавіше – він вигидав, що грає в пошук скарбів.

А ще він просив бабусю та дідуся, щоб вони завжди привозили солодощі. Та вони вже боялися приходити до внука без гостинців!

І на вулиці у друзів можна випросити цукерки... Так і знаходила мама Андрія у нього під подушкою та в шафі обгортки від солодощів.

– Звідки ж вони беруться! – охала вона.

Одного разу Андрійко знайшов на верхній полиці маминої шафи величезну коробку з шоколадними цукерками. Вона була новенька, мама її купила для святкового столу на Новий рік. Андрійко дивився на коробку аж 10 хвилин! Але потім рука сама сягнула по цукерку...

– Ай-яй-яй! Як не соромно! – почув хлопчик якийсь тонкий голосок.

– Хто це? – злякався він.

– Я житель країни Карамелькіно! Навіщо тобі цей шоколад? Ми його взагалі не їмо. У нас все із карамелі.

– Ого! Я ж найбільше люблю карамель! – Андрійко озирнувся і побачив на комоді малесенького чоловічка в жовтому костюмі з блискучими карамельними гудзиками.

– Якщо бажаєш, я покажу тобі свою країну. До речі, звати мене Льодяником, – маленький чоловік зробив ввічливий уклін.

– А я Андрій! Ну швидше ж помандруймо до твоєї країни!!! – голосно промовив хлопчик.

– Може, спочатку покладеш коробку на місце? А то мама засмутиться...

– Ну добре, добре, – нетерпляче промовив Андрійко.

Тут він відчув, як стає все меншим і меншим, раптом усе закрутилося і через мить він потрапив на вулицю незнайомого міста. Усе навколо – і будинки, і рослини, і навіть тварини та люди були майже прозорими.

— Так, тут усе з карамелі. Спробуй, – Льодяник підвів хлопчика до величезного дерева.

Андрій відламав маленьку гілочку із трьома листочками.

– Смачно!

– А ось там клумба з квіточками різноманітних кольорів. Усі – різного смаку. І лимонні, і апельсинові, і м'ятні, абрикосові, вишневі... Усього двадцять п'ять варіантів.

– Хочу скуштувати всі!

Перший день пройшов швидко та дуже цікаво. Андрійко їв карамель та гуляв містом, катався на карамельних ковзанах на карамельному катку, грав на карамельному дитячому майданчику, залазив на карамельні дерева.

Проте вже через три дні Андрієві стало дуже сумно, та ще й животик почав боліти. Він пригадував мамин борщик, гречану кашку і картопляне пюре... Хлопчикові дуже захотілося додому.

– Що трапилося? Чого ревеш? Я йду кататися на карамельному катері, пішли разом? – почув Андрій Льодяника.

– Не хочу ні катера, ні карамелі, додому хочу...

– А хочеш я полечу на карамельному літаку з тобою до країни Шоколаднії?

– Ні, не хочу більше нічого солодкого... Я тепер хочу інших смаків...

– Інших смаків? – Льодяник скривився. – Як узагалі цього можна хотіти? Я негайно відправляю тебе додому, якщо тобі у нас більше не подобається! – Льодяник ображено насупився.

Хлопчик раптово почав збільшуватися, а все навколо крутитися, доки не злилось в усі кольори веселки. Андрійко стояв біля шафи у себе вдома. Він почув голоси батьків на кухні....

- Запропонуйте придумати кінцівку до цього твору.

*Орієнтовні запитання:*

- Як Андрійко потрапив у країну Карамелькіно?
- Чи можна дитині їсти постійно солодке? Чому ні?
- Чому важливо їсти корисну їжу?
- Запропонуйте охочим учням зробити експеримент:
  - розповісти історію від імені Андрійка;

- розповісти історію від імені мами Андрійка;
- розповісти історію від імені Льодяника.
- Хто, на думку дітей, був найбільш переконливим у своїй ролі? Чому?

## Х. Обговорення життєвих ситуацій

На обід Оля їсть борщ із сметаною, салат із свіжої капусти, гречану кашу з котлетою, хліб, компот.

На обід Світланка їсть смажену картоплю з кетчупом, солоний огірок, хліб, два тістечка, газований напій.

- Хто з дівчаток харчується правильно?
- Що ви порадите Світланці?

## ХІ. Гра «Ланцюжок здорового харчування»

Учні один за одним називають по одному правилу здорового харчування, вже відомих їм із дитинства. Гра закінчується тоді, коли відповіді починають повторюватися. Наприкінці гри обирають найбільш вдалі з правил і записують їх на дошці як «Правила здорового харчування». Правила можуть бути такі:

Необхідно їсти різноманітні продукти.  
Перекушуй фруктами, овочами, горіхами.  
Їсти потрібно вчасно, але не переїдати.  
Їсти потрібно 4 -5 разів на день, але не перед сном.  
Мий руки перед тим, як сідаєш їсти.  
Їж тільки в спокійній обстановці.  
Не їж, якщо ти маєш погане самопочуття.  
Поважай їжу і дякуй тому, хто її приготував.  
Не поспішай під час обіду, добре пережовуй.

## ХІІ. Рефлексія. «Щоденник вражень». Заповнення таблиці «Що дізнався...»

- Запропонуйте учням висловити свої враження щодо пропонованої проблеми у письмовій формі («Щоденник вражень»). Діти можуть писати будь-яким способом (олівцями, фломастерами, кольоровими ручками та ін.), малювати, створювати піктограми до теми. Час на таку письмову рефлексію – 10-15 хв. (Бажано такий вид діяльності пропонувати щоденно, його мета – вправлятися у висловленні власної думки).

## Як поводитися за столом під час споживання їжі?

### Узагальнена таблиця

№ з/п	Приклади навчальної діяльності	Очікувані результати учіння	Індекс очікуваного результату
I.	Ранкова зустріч. Привітання. Новини дня	З увагою сприймає усні репліки учителя й однокласників й доречно реагує на усну інформацію в діалозі	2 МОВ 1.1-1
		Уважно вислуховує думку співрозмовника, висловлює свій погляд, шануючи гідність інших	2 ГЮ 7.2-3
		Бере участь у діалозі на запропоновану тему	2 МОВ 6.1-1
II.	Обговорення столового етикету	Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри	2 СЗО 4.4-6
		Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо)	2 МОВ 1.7-2
		Складає і записує короткі речення (3–4 слова) з вивченими буквами	2 МОВ 3.1-1
III.	Інсценізація «Столові прибори»	Висловлює свою думку з приводу почутого або побаченого (тема тижня)	2 МОВ 1.3-3
		Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо)	2 МОВ 1.7-2
		Бере на себе роль у рухливих іграх або сюжетно-рольових іграх; використовує специфічні для ролі жести, рухи	2 МОВ 2.4-1
IV.	Читання вірша «Пам'ятайте, любі діти!» (А. Свашенко). Обговорення правил поведінки за столом	Сприймає монологічне висловлення (казку, вірш, розповідь про події з життя або про спостереження за чимось / кимось) Пояснює, як бути прикладом здорової поведінки для інших	2 МОВ 1.1-2 2 СЗО 4.6-4
V.	Меню для кмітливців	Лічить за правилами лічби об'єкти навколишнього світу (розташовані по колу) в межах 20	2 МАО 3.1-1
		Порівнює числа в межах 20	2 МАО 2.1-2
		Додає і віднімає число 1 в межах 20	2 МАО 3.3-2
		Зчитує дані з таблиць, піктограм, схем	
VI.	Дослідження смаків	Визначає, які органи чуття знадобляться для обраного дослідження	2 ПРО 1.1-2
		Провадить (самостійно або в групі) прості досліди	2 ПРО 1.4-1
		Розповідає про власні емоції, які виникають під час досліду	2 ПРО 2.3-1



VII. Бесіда за сюжетним малюнком «На кухні»	Обговорює зміст і форму простого медіатексту (світлина, фотоколаж, листівка, мультфільму) Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо)	2 МОВ 1.4-4 2 МОВ 1.7-2
VIII. Практична робота «Дитяче меню»	Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри Спільно з дорослими розраховує приблизну кількість необхідних матеріалів для виконання завдання Дотримується безпечних прийомів праці під час використання інструментів та пристосувань Надає допомогу тим, хто її потребує, і висловлює вдячність за підтримку Демонструє іншим результати власної діяльності	2 СЗО 4.4-6 2 ТЕО 3.1-1 2 ТЕО 2.1-1 2 ГЮ 7.2-2 2 ТЕО 1.5-1
IX. Практична робота «Сервіруємо стіл»	Об'єднується з іншими дітьми у групу для навчання та гри Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо) Демонструє іншим результати власної діяльності	2 СЗО 4.4-6 2 МОВ 1.7-2 2 ТЕО 1.5-1
X. Підведення підсумків заняття. Інтерактивна вправа «Крісло автора»	Уважно вислуховую думку співрозмовника, висловлюю свій погляд, шануючи гідність інших Уживає відповідну до ситуації спілкування (тематика тижня) лексику і несловесні засоби (жести, міміка тощо)	2 ГЮ 7. 2-3 2 МОВ 1.7-2



## Як поводитися за столом під час споживання їжі?

### I. Ранкова зустріч

#### 1. Привітання

Діти, сидячи або стоячи, утворюють коло. Кожен по черзі говорить одну фразу, яка починається так: Привітайте мене плеском у долоні ті, хто, наприклад: має багато друзів; любить ходити у гості; знає, як зустрічати гостей.

#### 2. Новини дня

- Оберіть помічника дня і попросіть його подати інформацію за допомогою піктограми або шаблону про дату, погоду, кількість присутніх.
- Оголосіть проблемне запитання дня: «Як поводитися за столом під час споживання їжі?».

### II. Обговорення столового етикету

- Дізнайтеся в учнів, чи знають вони, що означає слово «етикет».
- Запропонуйте дослідити значення цього слова, слухаючи текст.

Іванка, хоч була голодна, згадала про *етикет за столом*. Вона побажала, хоч і запізнило, всім «Смачного!», переклала виделку з правої у ліву руку і взяла у праву руку ніж. Котлета, яку вона їла з ножом та виделкою, чомусь смакувала їй більше.

Не знаючи *етикету*, Марійка взялася дзвінко поміщувати чай, б'ючи ложечкою об стінки горнятка. Іванка не хотіла робити їй зауваження відразу ж за столом, бо там сиділи подруги. Тому, коли обід закінчився, вона підійшла до Марійки і тихенько сказала: «Марійко, не гнівайся, мушу тобі дещо сказати про *столовий етикет*: краще розміщувати цукор у горнятку з чаєм так, щоб ніхто про це не чув.

- Запитайте учнів:
  - Що таке етикет?
  - Про які правила поведінки за столом йшла мова в цьому тексті?
  - Які ще правила поведінки за столом ви знаєте?

#### *Матеріал для вчителя*

Слово «етикет» походить із французької мови й означає правила гідної поведінки людей. Його почали вживати при дворі короля Франції Людовика XIV. Гостям навіть роздавали спеціальні картки з правилами поведінки.

- Об'єднайте дітей у групи і запропонуйте створити картки з правилами поведінки за столом. Правила можна записати словами, малюнками, схемами.

### III. Інсценізація «Столові прибори»

- Запропонуйте учням послухати уявну розмову між столовими приборами і поміркувати над нею:

*Ложка:*

– Ви впізнали мене? Я створена для гарячих страв. Які страви ви їсте ложкою? А чи вмiсте ви мене правильно тримати? Покажіть це. Так, мене слід тримати у правій руці. А ліва тим часом лежить на столі. Часто у нашій їдальні я чую хлюпання, плямкання. А чи знаєте, як уникнути цього? Не наповнюйте ложку по самі вінця, її просто перехиляють до рота із загостреного краю. Поївши, мене кладуть у тарілку. У мене є сестричка – маленька ложечка. Нею кладуть цукор у чай і розмішують, дістають фрукти і ягоди з компоту, їдять тістечка. Розмішавши цукор, ложку треба покласти на тарілочку, а не залишати в чашці.

*Виделка:*

– Я – виделка. Скажіть, для чого у мене зубчики? Так, щоб наколювати їжу. Яку? Покажіть, як мене треба тримати. (Опуклим боком догори.) Так роблять, коли їдять м'ясо, котлети, вареники. А щоб їсти виделкою овочі, картоплю чи інший гарнір, необхідно перевернути опуклим боком донизу.

*Ніж:*

– Я – ніж. Скажіть, для чого мене використовують? Так, щоб розрізати їжу на маленькі шматочки. Мене тримають у правій руці. Я люблю працювати з виделкою. Я прошу, щоб не нарізати мною усе м'ясо чи картоплю, а робити це поступово: врізати шматочок і покласти до рота, потім врізати наступний шматок.

*Серветка:*

– Я – серветка. Я буваю паперовою або полотняною. Якщо я полотняна, мене кладуть на коліна. Перед тим як запити їжу, необхідно витерти губи серветкою.

- Попросіть учнів у парах придумати репліки для інших важливих об'єктів:
  - Що мав би сказати стіл? (подбайте про мою чистоту).
  - Що мав би сказати стілець? (не розхитуйтеся, бо ви ризикуєте собою і псуєте мене).
  - Що мала б сказати тарілка? (залишайте мене чистою, не вихлюпуйте їжу тощо).

### IV. Читання вірша «Пам'ятайте, любі діти!» (А. Свашенко). Обговорення правил поведінки за столом

Пам'ятайте, любі діти,  
Їсти теж потрібно вмiти,  
Щоб сусіда не облили,  
Одягу не заплямити.  
За столом своя наука,  
Ніж бери у праву руку,  
А виделку – в ліву.  
Як їси, не поспішай,  
З ложки суп не виливай.

Не хитайся на стільці  
І серветку у руці не жмакай,  
Не рви тихенько,  
А на стіл клади рівненько.  
Прямо за столом сиди,  
На стіл ліктів не клади.  
Скажуть неодмінно:  
«От чемна дитина!»

- Які правила поведінки описано у вірші?
- Запропонуйте разом обговорити кілька важливих запитань, пов'язаних зі столовим етикетом:
  - Коли можна розпочинати їсти, якщо ти не сам, а у товаристві? *Коли всі сядуть за стіл.*
  - Як слід брати хліб із тарілки? *Руками.*
  - Як брати сіль із сільниці? *Чистим ножем.*
  - Як брати цукор? *Чистою ложечкою.*
  - Куди треба покласти столові прибори після їжі? *На тарілку.*
  - Яку їжу їдять без ножа? *Якої не потрібно різати.*
  - Що потрібно зробити, якщо треба вийти із-за столу? *Потрібно попросити дозволу встати зі столу.*
  - Чи можна відламувати шматочок хліба у хлібниці чи класти недоїдений шматочок у хлібницю? *Ні.*
  - Чим витирають руки за столом? *Серветкою.*
  - Якщо страва, яку вам хочеться скуштувати, стоїть на іншому краю столу, що потрібно зробити? *Звернутися по допомогу до когось, хто сидить поруч.*

## V. Меню для кмітливців

- Запропонуйте вписати пропущені букви у слова і дізнатися, якими стравами можна пригостити гостей.



Матеріали для дітей. Додаток 10.

Меню

тор

са а т

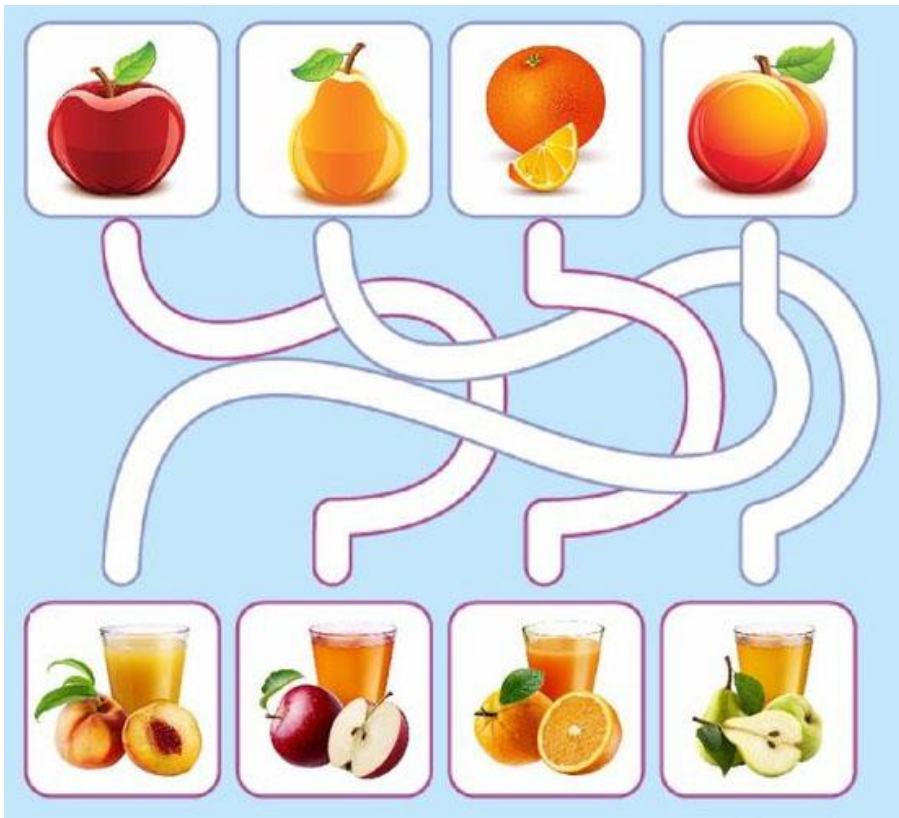
і ца

і к













- Порахуй, на скільки гостей очікує господар? Склади нерівність/



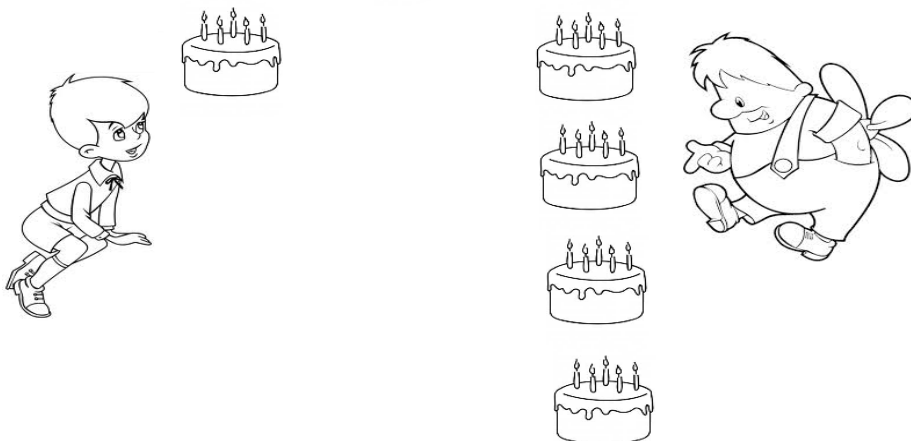
- Дізнайся, у якій склянці сік, вичавлений із яблук, груш, апельсинів, абрикосів.



- Розв'яжи логічне завдання і дізнаєшся, скільки необхідно яблук і лимонів для фруктового салату.

 + 1 = 3	 + 1 = 2
 + 3 = 7	 - 1 = 4
 -  = 	 +  = 
 = ?	 = ?

- Склади задачу про торт за малюнком.



## VI. Дослідження смаків

- Запропонуйте учням провести дослідження, використовуючи органи чуття. Заплющеними очима нехай спробують визначити на дотик/ запах/ смак яблуко, апельсин, банан, огірок, мандарин, часник, цибулю, хліб, банан, мед, лимон, грушу та інші продукти.
- Запитайте, які органи чуття допомогли розпізнати продукти?

## VII. Бесіда за сюжетним малюнком «На кухні»

- Запитайте дітей, де готують їжу?
- Запропонуйте розглянути сюжетний малюнок і відповісти на запитання.  
Режим доступу: <https://jmil.com.ua/2017-2/coverpic>.



### Матеріали для дітей. Додаток 11.



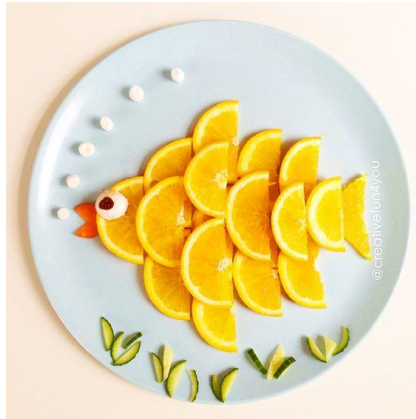
Знайдіть на малюнку:

- 10 предметів із категорії «посуд».
- Усі фрукти й овочі.
- Усі прилади, які вмикають у розетку.
- Прилад, який не пов'язаний із приготуванням їжі.
- Нагрівальні прилади і ті, які охолоджують. Яких на малюнку більше?
- Речі, що можуть бути небезпечними.
- Предмети, яких на малюнку зображено по два.
- Як ви гадаєте, де на цій кухні розташовані ложки, виделки, чашки, смітник?
- Уявіть, що ви принесли сумку з крамниці. Куди б ви поклали покупки: макарони, хліб, серветки, молоко, яблука, картоплю?
- Покажіть, чим ви скористаєтеся, щоб розігріти кашу.
- Що з того, що є на кухні, можна використати для кулінарних експериментів? А для малювання?

## VIII. Практична робота «Дитяче меню»

- Об'єднайте дітей у групи. Запропонуйте учням створити страву з використанням простих продуктів (фруктів, печива, тощо).

- Розкажіть про важливість красивого оформлення страви.



### IX. Практична робота «Сервіруємо стіл»

- Розкажіть учням про правила сервірування столу.
- Об'єднайте дітей у пари. Запропонуйте учням правильно розставити посуд.



Матеріали для дітей. Додаток 12.



### X. Підведення підсумків заняття. Інтерактивна вправа «Крісло автора»

- Запропонуйте охочим учням сісти у «крісло автора» й розповісти про найцікавіші моменти цього тижня.
- Узагальніть відповіді дітей.



# Матеріали для дітей

## Навіщо ми їмо?

### Додаток 1

☺ Минуло свято Великодня. Кожна сім'я по-особливому готувалась до цього свята. Та було те, що об'єднувало всіх українців. Наприклад, страви на святковому столі. Пригадайте та запишіть особливу великодню їжу.

☺ Деякі предмети, призначені для людей, мають своє умовне житло. Наприклад, книги «живуть» у книгарні, бібліотеці, домашній книгозбірні, на книжковій полиці, у музеї книги. Одяг «живе» у шафі для речей, магазині одягу, в ательє, на фабриці пошиву одягу, в роздягалці. Запишіть, де «проживає» їжа.

☺ Їжа, яку споживають люди, може рости на городі (картопля, огірки), на деревах та кущах (яблуко, смородина). Окрім того, людина споживає різні страви, які готуються з окремих продуктів. Запишіть назви продуктів-родичів одним словом. Наприклад: яловичина, свинина, кролятина, курятина, індичатина – це м'ясо.

## Навіщо ми їмо?

### Додаток 1 (продовження)

☺ Кожен із нас любить їсти смачну їжу. Таку їжу уминаєш з апетитом. Вона приносить задоволення. Щоб страва була смачною, треба вміти її приготувати. Приготування їжі називають **кулінарією**. Подумайте і запишіть слова, пов'язані з кулінарією.

43

☺ Наша їжа – це будівельний матеріал для нашого організму. Згадаймо, як зводиться будинок. Для будівництва необхідно багато різних матеріалів: цегла, граніт, пісок, цемент, великі залізобетонні блоки.

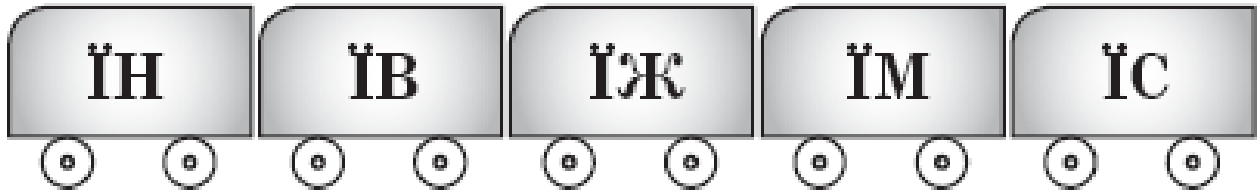
Їжа містить такі корисні речовини, які є матеріалом для нашого організму. Завдяки цим речовинам ми рухаємося, ростемо, сприймаємо інформацію і навіть відчуваємося щасливими. Тому важливо їсти корисну їжу та займатися фізкультурою.

Але не всяка їжа багата на корисні речовини. Деяка їжа практично не має нічого корисного, а навпаки, шкодить нам. Вона не будує, а руйнує наш організм. Наприклад, солодка газована вода містить багато шкідливих хімічних речовин, вона руйнує зуби, кістки, шкодить на шлунок. Подумайте, яка ще їжа приносить більше шкоди, ніж користі? Запишіть свою відповідь.

## Навіщо ми їмо?

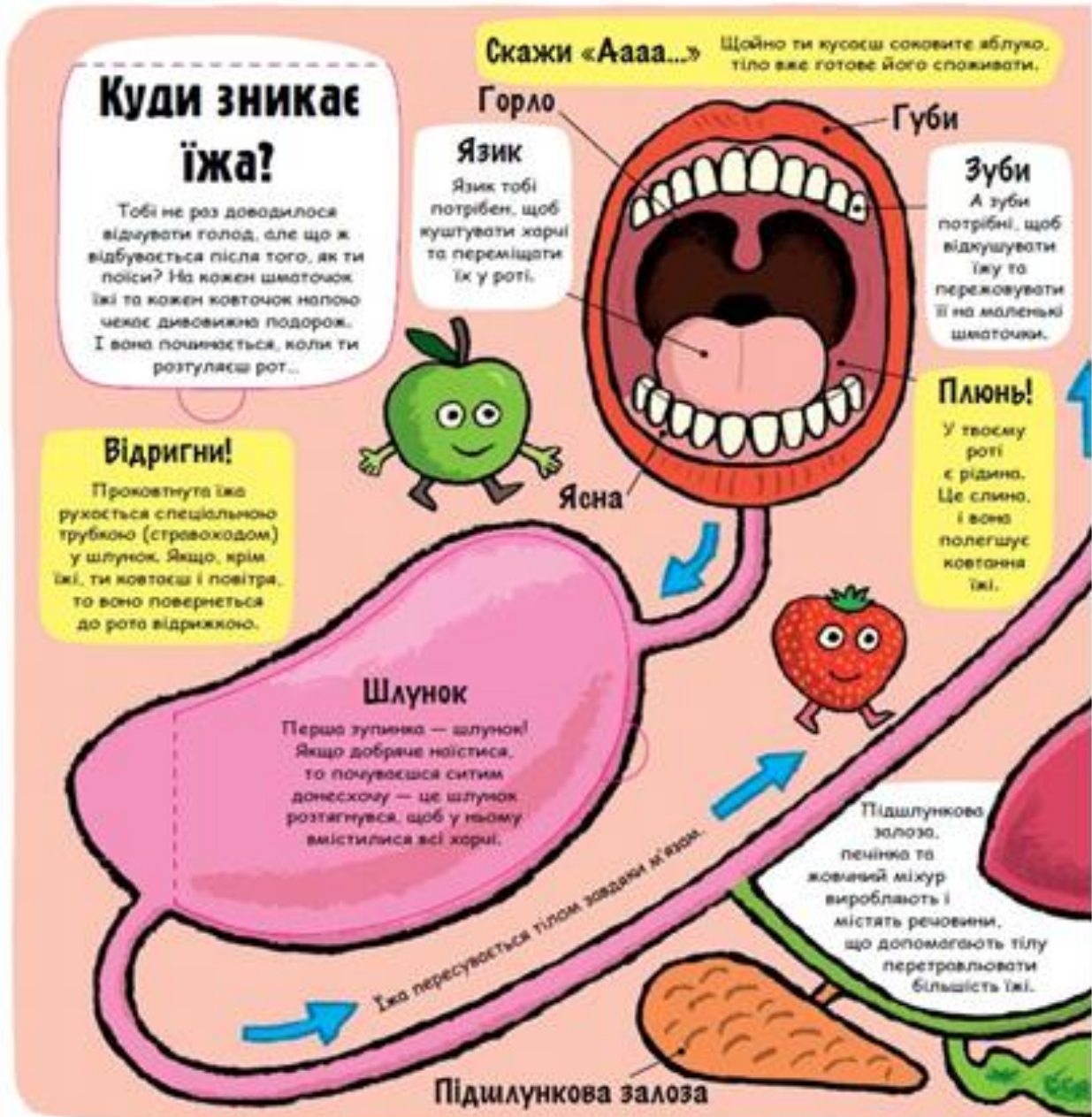
Додаток 2

44



## Навіщо ми їмо?

Додаток 3



## Навіщо ми їмо?

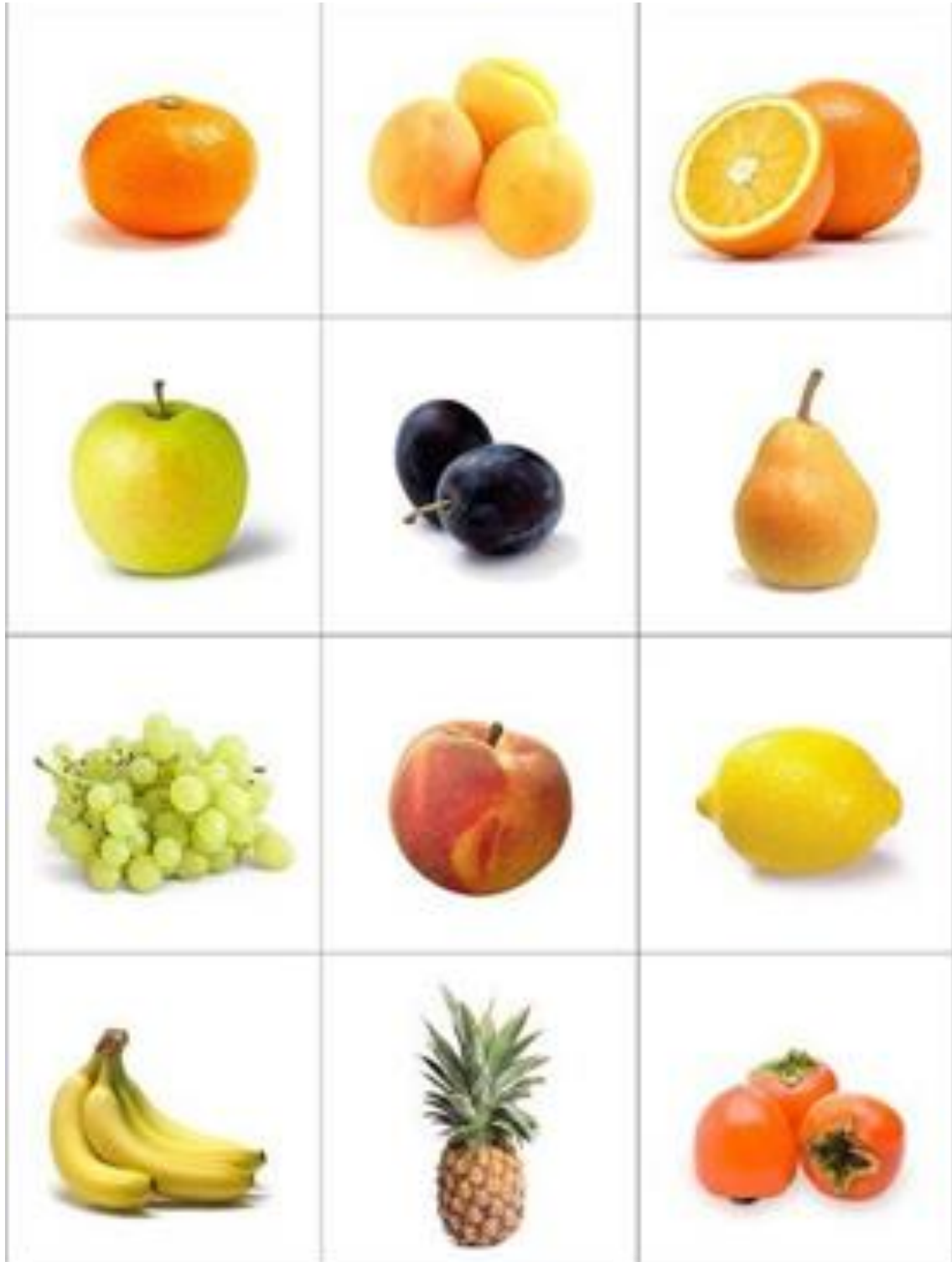
Додаток 4

46



## Навіщо ми їмо?

### Додаток 5



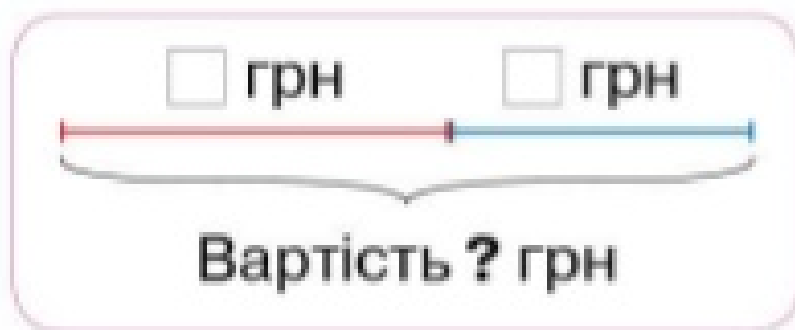
## Навіщо ми їмо?

Додаток 6

- Склади і розв'яжи задачу за малюнком



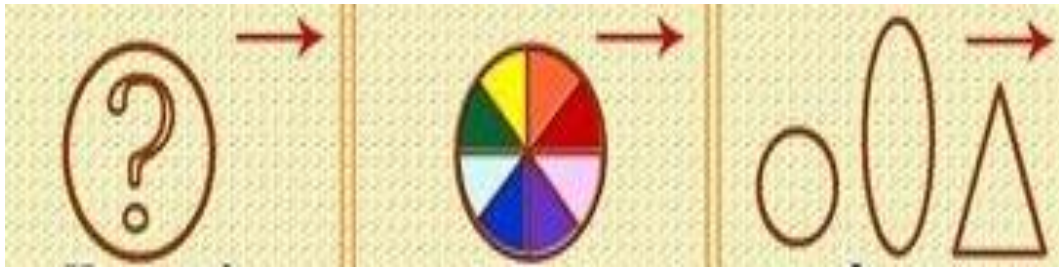
- Склади і розв'яжи задачу за схемою





## Навіщо ми їмо?

Додаток 7



Що це?

Колір

Форма



Смак

Де росте?

На дотик



Що можна приготувати?

## Як визначити корисну і не корисну їжу?

Додаток 8

50



ЧЕРВОНЕ ЯБЛУКО ЗРОБИТЬ МОЄ СЕРЦЕ СИЛЬНИМ, ЗЕЛЕНЕ ДОДАСТЬ СИЛИ МОЇМ М'ЯЗАМ



МОРКВА ПОДБАЄ ПРО МОЇ ОЧІ



КУКУРУДЗА КОРИСНА ДЛЯ МОГО ШЛУНКА.



АПЕЛЬСИН УБЕРЕЖЕ МЕНЕ ВІД ЗАСТУДИ

## Як визначити корисну і не корисну їжу?

Додаток 8 (продовження)



ВОЛОСЬКИЙ ГОРІХ ДОПОМАГАЄ МЕНІ РОСТИ ШВИДШЕ, ЗАСПОКОЮЄ



БАНАН ДОДАСТЬ МЕНІ ЕНЕРГІЇ І ДОПОМОЖЕ КРАЩЕ  
ЗАПАМ'ЯТОВУВАТИ



ВИНОГРАД ПОКРАЩИТЬ МІЙ НАСТРІЙ І ДОДАСТЬ БАДЬОРОСТІ



ЧЕРВОНИЙ БУРЯК ПОЛПШУЄ ТРАВЛЕННЯ

## Як визначити корисну і не корисну їжу?

Додаток 8 (продовження)



ЧОРНИЦЯ ПОКРАЩИТЬ МОЮ ПАМ'ЯТЬ



ПОМІДОР ПОДАРУЄ МЕНІ РАДІСТЬ



ОГІРОК ПОКРАЩИТЬ МОЮ ШКІРУ

## Як визначити корисну і не корисну їжу?

Додаток 9

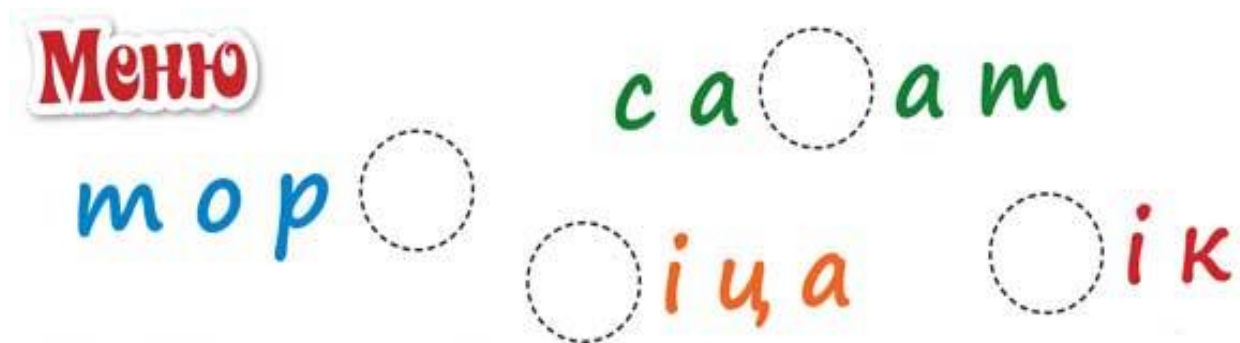
### Знайди когось, хто найбільше любить їсти

<b>1. БАНАН</b> _____	<b>2. РИБУ</b> _____	<b>3. ЯБЛУКА</b> _____	<b>4. СЛИВИ</b> _____
<i>вписати ім'я дитини</i>	<i>вписати ім'я дитини</i>	<i>вписати ім'я дитини</i>	<i>вписати ім'я дитини</i>
<b>5. КАВУН</b> _____	<b>6. ШОКОЛАД</b> _____	<b>7. ТОРТ</b> _____	<b>8. М'ЯСО</b> _____
<i>вписати ім'я дитини</i>	<i>вписати ім'я дитини</i>	<i>вписати ім'я дитини</i>	<i>вписати ім'я дитини</i>

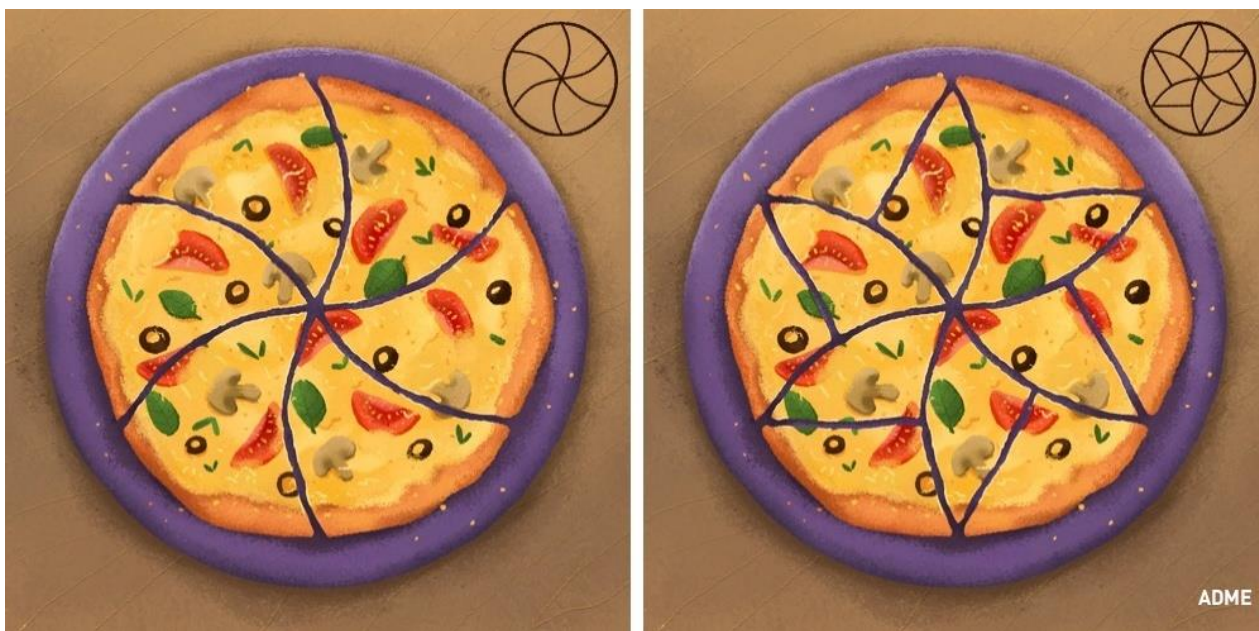
## Як поводитися за столом під час споживання їжі?

Додаток 10

- Впиши пропущені букви у слова і дізнаєшся, якими стравами можна пригостити гостей.



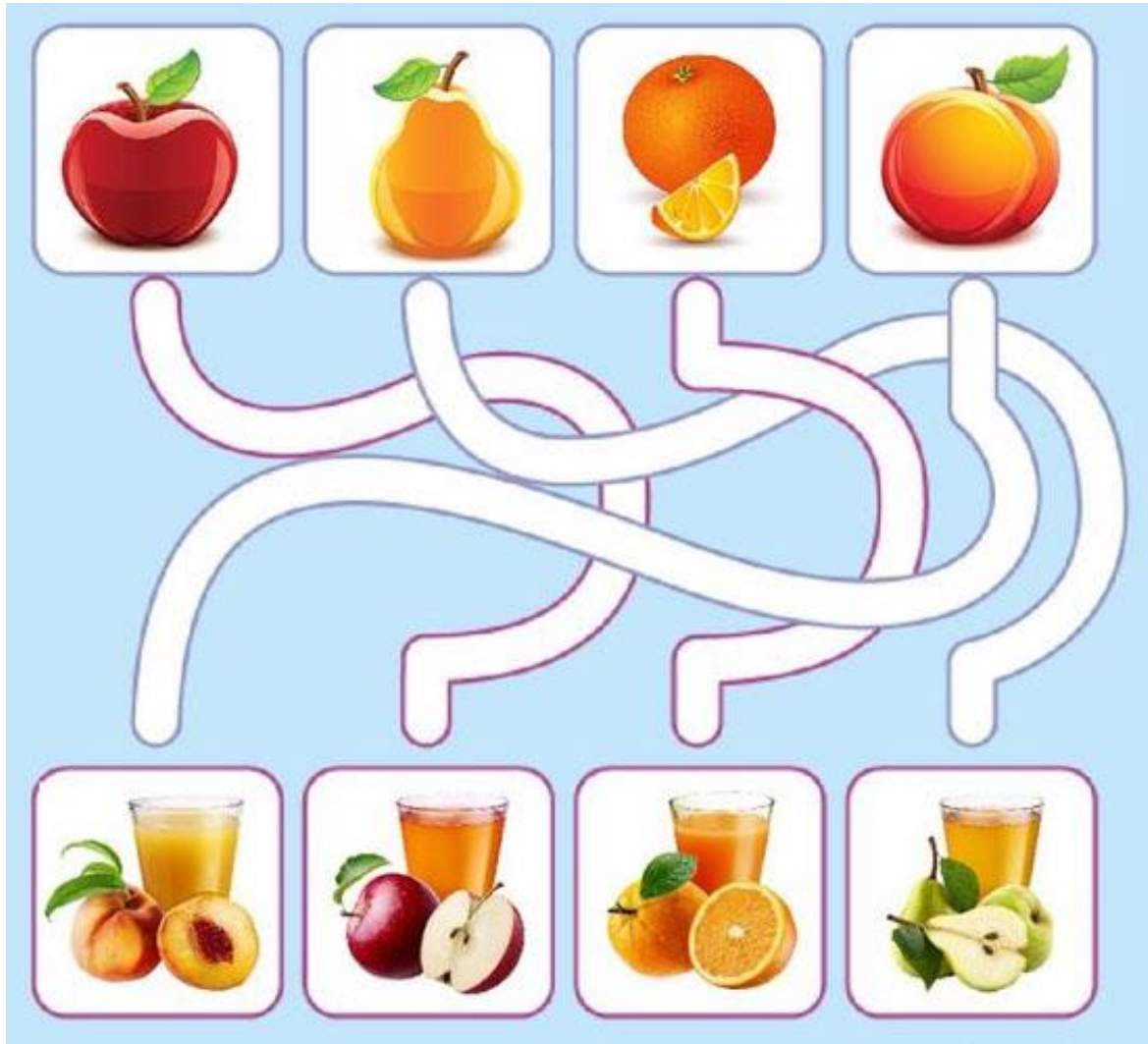
- Порахуй, на скільки гостей очікує господар? Склади нерівність.



## Як поводитися за столом під час споживання їжі?

### Додаток 10 (продовження)













- Дізнайся, у якій склянці сік, вичавлений із яблук, груш, апельсинів, абрикосів.



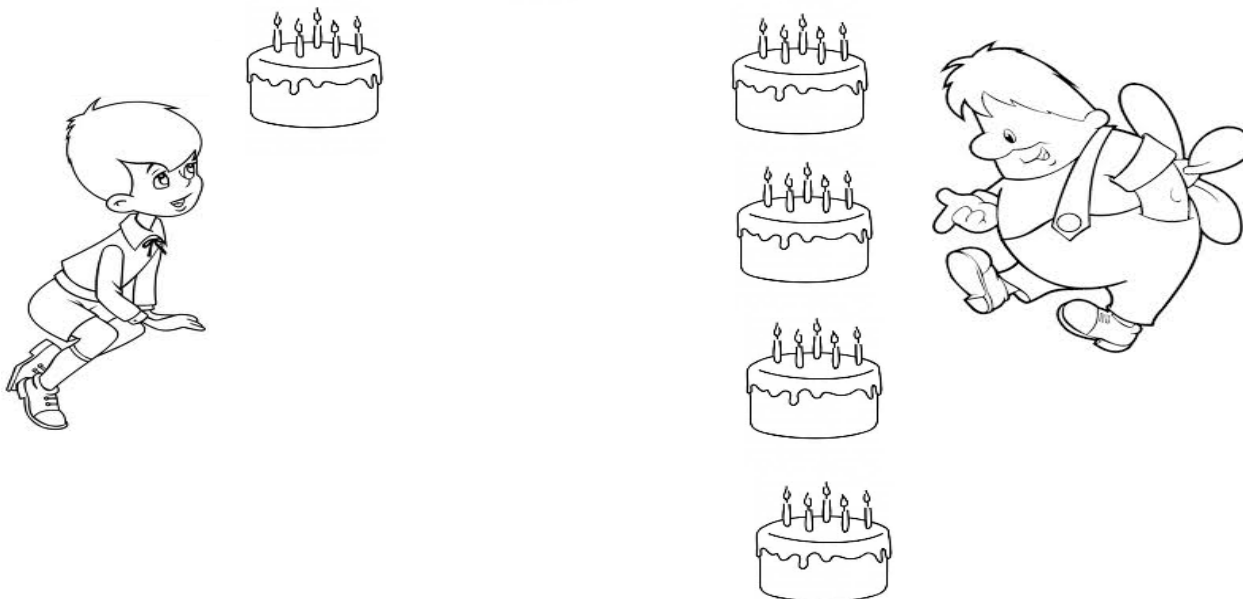
## Як поводитися за столом під час споживання їжі?

### Додаток 10 (продовження)

- Розв'яжи логічне завдання і дізнаєшся, скільки необхідно яблук і лимонів для фруктового салату.

 + 1 = 3	 + 1 = 2
 + 3 = 7	 - 1 = 4
 -  = 	 +  = 
 = ?	 = ?

- Склади задачу про торт за малюнком.





## Як поводитися за столом під час споживання їжі?

Додаток 11





## Як поводитися за столом під час споживання їжі?

Додаток 12

