**AKTYVI SUBALANSUOTA PAMOKA 3 X 15**

Šalčininkų „Santarvės gimnazija“

(Švietimo įstaigos pavadinimas)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mokytojų**  **kūrybinės**  **laboratorijos** | **C:\Users\inesa_suchocka\Documents\herbai-logotipai\herbas2.gif** | **C:\Users\inesa_suchocka\Desktop\Logo1.png** |

**Data:** **2018-11-14  
Dalykas / ugdomoji veikla:** **Pasaulio pažinimo ir technologijos**

**Klasė / grupė**: 4

**Planą sukūrė: Tatjana Frolova, Nina Šilkienė**

**Pamokos pavadinimas: „Sveikatos** **abėcėlė“**

|  |  |
| --- | --- |
| **Pamokos/užsiėmimo idėja** | |
| *Skleisti sveikos gyvensenos idėjas.*  *Ugdyti vaikų poreikį sveikai gyventi.*  *Gilinti žinias apie sveiką gyvenseną.*  *Ugdomos kompetencijos:*  *Mokėjimo mokytis: bendradarbiaujant atlieka pateiktą užduotį, prisiima atsakomybę už savo veiklos rezultatą.*  *Socialinė: kryptingai ieško pagalbos, geba susitarti ir padėti kitiems.*  *Komunikavimo: moka bendrauti ir dirbti porose, geba reikšti mintys žodžiu, skaityti ir suprasti užduočių tekstus, apibendrinti gautą informaciją.*  *Asmeninė: geba vertinti ir įsivertinti savo veiklą.* | |
| **Mokinių/vaikų skaičius** | 9 |
| **Pamokų/užsiėmimų skaičius**  **(Trukmė)** | *1 pamoka (45 min)* |
| **Pamokos/užsiėmimo uždaviniai** | *Suteikti informacijos apie sveiką mitybą ir skatinti teisingai maitintis.*  *Gilinti žinias apie žalingų įpročių žalą sveikatai* *ir lavinti atsisakymo įgūdžius.* |
| **Pamokos/užsiėmimo tikslai** | *Sveikos gyvensenos skatinimas, pasitelkiant šiuos sveiko gyvenimo būdo principus: fizinis aktyvumas, sveika mityba, žalingų įpročių vengimas.* |
| **Mokymosi/ugdymosi aplinkos, priemonės ir (ar) technologijos** | *IKT panaudojimas, dalomoji medžiaga, vaizdinė medžiaga, mokinių mėgstamų produktų diagrama, sveiko maisto piramidė, šviežios vaisiai, pienas, apelsinų sultys.*  *Dalykų integracija: pasaulio pažinimas, dailė ir technologijos, alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa.* |
| **Pamokos/užsiėmimo eiga, mokymo(si)/ugdomųjų veiklų aprašymas** | |
| *Įvadinė dalis.*  *Namų darbo patikrinimas. Mokiniai pasakoja, kaip veikia virškinimo sistema (kiekvienas mokinys išsirenka kortelę su virškinimo sistemos organu ir pasakoja apie jį). Pamokos uždavinių paskelbimas.*  *Pagrindinė dalis.*  *Mokiniai pasako ir parodo ant lentos, koks yra jų mėgstamiausias maisto produktas (sudaro diagramą). Diagramos analizavimas. Mokiniams pristatoma prezentacija „Sveikos mitybos abėcėlė“. Aptarimas. Pasiskirstę į 2 grupes, mokiniai atlieka užduotis ant lentos-išrinkti sveikus ir nesveikus patiekalus.*  *Refleksija. Dirbdami poromis aptaria ir atlieka užduotis su kortelėmis „Geri ir žalingi įpročiai“. Pokalbis apie žalingus įpročius. Praktinė užduotis: pasidalina į 2 grupes ir gamina vaisių vėrinukus ir vaisių pienišką kokteilį.*  *Baigiamoji dalis.*  *Apibendrinimas. Pamokos vertinimas ir įsivertinimas.* | |
| **Priedai** | *Nurodyti pavadinimus, dokumentus pridėti žemiau.*  *1 priedas, .....* |
| **Rezultatai** | *Susipažino su sveikos mitybos taisyklėmis ir sveikos mitybos nauda žmogui.*  *Suprato visavertės mitybos reikšmę. Sužinojo, kokius maisto produktus valgyti sveikiausia. Įtvirtino žinias apie žalingų įpročių žalą sveikatai.*  *Išmoko dirbti komandoje, poromis, stiprinti esminius bendravimo gebėjimus.* |

**Rekomendacijos mokytojams**: *(1 – 3 punktai)*