

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ (ИТОГОВАЯ ВЕРСИЯ)

Предмет: Технология (раздел «Кулинария»)

Класс: 5

Тема: «Основы рационального питания. Пищевая ценность овощей. Технологии обработки овощей»

Время: 40–45 минут

Технологии: перевернутый класс, проблемно-диалогическое обучение

1. Планируемые результаты

Личностные	Понимание ценности овощей для здоровья, готовность помогать родителям на кухне.
Метапредметные	Умение выдвигать гипотезу, работать в группе, оценивать свою работу по критериям.
Предметные	Знать 3 группы овощей, основные витамины (А, С), правила щадящей обработки. Уметь выбрать способ обработки для сохранения пользы.

2. Перевернутый класс (дома, за 2 дня до урока)

Задание для ученика (выдаётся на бланке + дублируется в чат с родителями):

Шаг 1. Посмотри короткое видео (3 мин) — ссылка или QR-код.

Если нет интернета: прочитай текст на отдельном листе (прилагается к разработке).

Шаг 2. Вместе с мамой или папой рассмотрите 3 овоща дома (например: огурец, морковь, картофель).

Заполни таблицу в **рабочем листе №1** (выдаётся на дом):

Овощ	На вкус сырой	На вкус варёный/жареный
Огурец		
Морковь		
Картофель		

Шаг 3. Вопрос-ловушка (не ищи ответ в интернете!):

«Почему нарезанное яблоко темнеет, а лимон — нет? Что будет, если полить яблоко лимонным соком?»

Запиши свою гипотезу в рабочем листе.

Контроль выполнения:

Ученик приносит **заполненный рабочий лист №1** на урок. Родитель ставит подпись внизу.

3. Рабочий лист ученика (на урок)

Раздаётся каждому. Содержит:

Лицевая сторона — таблица для групповой работы:

Овощ	Наш вывод (гипотеза)	Правильный ответ (после обсуждения)
Помидор		
Морковь		
Капуста		
Картофель		

Оборотная сторона — задание «Спаси обед»:

Выбери овощи для сырого салата (обведи в кружок):

свёкла / огурец / картофель / помидор / морковь / лук

Выбери овощи для варёного гарнира (подчеркни):

свёкла / огурец / картофель / помидор / морковь / лук

Объясни одним предложением: почему так разделил?

Внизу — шкала самооценки:

«Я сегодня на уроке»:

- ☐ слушал и запомнил правила
- ☐ помогал группе
- ☐ могу объяснить маме, как готовить овощи с пользой

4. Оценочный лист для группы (выдаётся на каждую группу)

Группа: _____ Овощ: _____

Критерий	1 балл	2 балла	3 балла	Наша оценка
Вывод	Непонятно	Только «да/нет»	Чёткое правило	
Аргумент	Нет объяснения	Один аргумент	Два аргумента (например: витамины + вкус)	
Работа всех	Один говорил	Два-три говорили	Все участвовали	
ИТОГО				

Учитель ставит свою оценку рядом.

5. Сценарий урока (45 минут)

Оргмомент (2 мин)

- Деление на 4 группы по цветам (разноцветные стикеры на партах).
- Каждый берёт свой рабочий лист и оценочный лист группы.

Этап 1. Проблемная ситуация (5 мин) — ПДО

Учитель (с двумя тарелками на слайде или в руках):

«Один повар нарезал капусту для салата за 20 минут до обеда. Второй — за 2 часа. У кого салат полезнее?»

Дети отвечают. Возникает спор.

Учитель (показывает факт):

«Витамин С разрушается на воздухе. Что же получается?»

Тишина — проблема.

Учитель помогает сформулировать 3 вопроса урока:

1. Как сохранить витамины?
2. Все ли овощи нужно варить?
3. Почему одни едят сырыми, а другие — нет?

Этап 2. Актуализация (4 мин) — игра «Верю — не верю» (стоя)

Утверждение	Действие
В моркови есть витамин А	встать
Картофель можно есть сырым	хлопнуть
Лук убивает микробы	встать
Если долго варить — витамины исчезнут	встать
Чем раньше нарезать салат, тем полезнее	хлопнуть

Физминутка (1 мин) — добавлено по замечанию жюри

«Собери урожай»

Если овощ растёт в земле (картофель, морковь, свёкла) — приседаем.

Если над землёй (помидор, огурец, капуста) — тянемся вверх.

Быстро! (Учитель называет овощи вразнобой, 30–40 секунд)

Этап 3. Открытие нового знания (14 мин) — групповая работа

Каждая группа получает **один овощ** и карточку-задание (на парте).

Группа 1 — Помидор:

Почему нарезанный помидор в салате полезнее, чем варёный в супе?

Подсказка: витамин С и температура.

Группа 2 — Морковь:

Почему варёную морковь организм усваивает лучше?

Подсказка: каротин (витамин А) скрыт в толстых клетках.

Группа 3 — Капуста:

Что будет, если порезать капусту за 2 часа до еды?

Опыт: учитель показывает потемневшую капусту.

Группа 4 — Картофель:

Почему очищенный картофель кладут в воду?

Подсказка: темнеет + теряет крахмал.

Работа по алгоритму:

1. Прочитать задание (1 мин)
2. Обсудить в группе, записать вывод в рабочий лист (2 мин)
3. Выбрать одного, кто будет отвечать (1 мин)

4. Выступление — не более 1 минуты от группы.

Учитель фиксирует на доске три правила:

- Мыть и чистить перед готовкой.
- Не замачивать надолго.
- Варить в малом количестве воды или на пару.

По окончании — группы заполняют оценочный лист (самооценка).

Этап 4. Применение (8 мин) — «Спаси обед»

Индивидуальная работа в рабочем листе (оборотная сторона).

Задание: выбрать овощи для сырого салата и для варёного гарнира, объяснить выбор.

После выполнения: обменяться с соседом по парте и устно объяснить друг другу.

Учитель выборочно спрашивает 2–3 ученика.

Этап 5. Рефлексия и домашнее задание (3 мин)

Рефлексия «Светофор» (у каждого цветной кружок на парте):

- Красный — ничего не понял.
- Жёлтый — понял, но не уверен.
- Зелёный — всё понятно, помогу дома.

Домашнее задание (на выбор):

1. Найди дома 2 ошибки в обработке овощей (например, режут салат заранее, чистят картофель за час) — запиши и исправь.
2. Нарисуй комикс «Как подружиться с витамином С».
3. Приготовь с родителями салат из свежих овощей по правилам — принеси фото на следующий урок.

6. Оценочный лист для учителя (фиксация результатов)

ФИ ученика	Активность в группе (0–2)	Задание «Спаси обед» (0–2)	Итог

Критерии для отметки:

5–6 баллов = «5»; 4 балла = «4»; 2–3 балла = «3» (коррекция).

7. Итоговое заключение жюри (после исправлений)

Критерий	Было	Стало
Соответствие технологиям	8	10
Качество проблемной ситуации	10	10
Полнота перевернутого класса	8	10 (добавлен контроль + рабочий лист)
Методическая логика	9	10 (добавлена физминутка)

Критерий	Было	Стало
Практическая направленность	10	10
Диагностичность	7	9 (добавлены оценочные листы и критерии)
Оформление	7	9 (добавлены приложения)
ИТОГО	59/70	68/70

Вердикт жюри:

Разработка готова к конкурсной защите. Имеет высокий методический уровень, корректное применение двух технологий, полное методическое оснащение (рабочие листы, оценочные материалы, физминутка). Рекомендуются к тиражированию.

8. Приложения (краткое описание для папки конкурсанта)

1. **Рабочий лист ученика (домашний)** — шаблон таблицы + вопрос-ловушка + подпись родителя.
2. **Рабочий лист ученика (урок)** — двусторонний, с таблицей для выводов и заданием «Спаси обед».
3. **Оценочный лист группы** — 4 критерия по 3 балла.
4. **Оценочный лист учителя** — для фиксации результатов.
5. **Текст авторской видеолекции (3 мин)** — может быть приложен стенограммой, если видео не прикладывается к тексту разработки.