

**Рабочий лист “Что нужно есть, чтобы бегать быстрее других?”**

На этом э-уроке ты узнаешь о том, что и когда нужно есть, чтобы быстро бегать, далеко прыгать и чувствовать себя при этом хорошо!

**Используй рабочий лист следующим образом:**

* перед прямой трансляцией заполни таблицу
* во время прямой трансляции задавай вопросы
* после прямой трансляции заполни таблицу, сыграйте в классе в игру и раскрась овощи

**ПЕРЕД ПРЯМОЙ ТРАНСЛЯЦИЕЙ ЗАПОЛНИ ТАБЛИЦУ**

Подумай о том, что ты ел, и после этого чувствовал себя хорошо. Запиши. Теперь подумай, от каких продуктов ты чувствовал себя хуже. Например, они вызывают сонливость, боли в животе, тошноту и т.д. Сравни ответы с соседом.

|  |  |
| --- | --- |
| **ХОРОШЕЕ САМОЧУВСТВИЕ** | **ПЛОХОЕ САМОЧУВСТВИЕ**  (НАПРИМЕР, ВЫЗЫВАЮТ СОНЛИВОСТЬ, СОЗДАЮТ ТЯЖЕСТЬ В ЖИВОТЕ И Т.П.) |
|  |  |

**ВО ВРЕМЯ ПРЯМОЙ ТРАНСЛЯЦИИ ЗАДАВАЙ ВОПРОСЫ**

Чтобы получить ответы на важные для себя вопросы, ты можешь задать их во время прямого эфира. Для этого передай вопрос учителю, который задаст его выступающему.

**ПОСЛЕ ПРЯМОЙ ТРАНСЛЯЦИИ заполни таблицу и сыграйте в классе в игру**

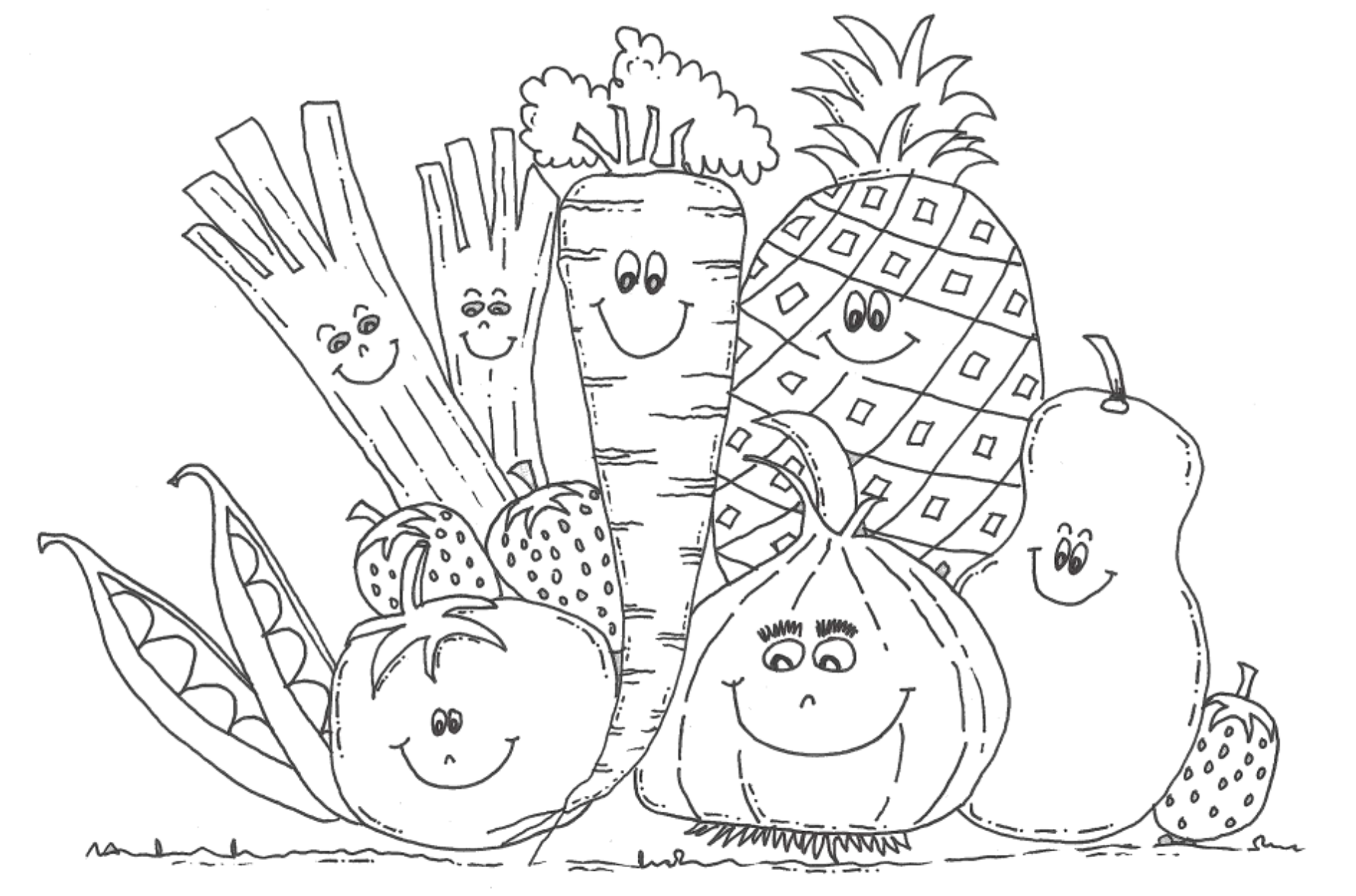
Заполни таблицу. Запиши под каждым цветом столько фруктов, овощей и злаков, сколько сможешь вспомнить за 5 минут. Потом сравни свои варианты с соседом – осталась ли какая-нибудь ячейка совсем пустой?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **КРАСНЫЕ И РОЗОВЫЕ** | **ЖЕЛТЫЕ И ОРАНЖЕВЫЕ** | **ЗЕЛЕНЫЕ** |
|  |  |  |
| **ЛИЛОВЫЕ И СИНИЕ** | **КОРИЧНЕВЫЕ И БЕЖЕВЫЕ** | **ЧЕРНЫЕ И СЕРЫЕ** |
|  |  |  |

Фрукты и овощи какого цвета твои любимые? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Какие тебе нравятся меньше всего? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Теперь под руководством учителя сыграйте в классе в игру!**



**Раскрась нас!** (источник: https://www.kidspuzzlesandgames.co.uk/)