

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«УЛЬЯНОВСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

## «Лукошко здорового питания»

*Бинарный мастер - класс*



*Сибгатулова С.В., преподаватель  
Шамгунова С.Р., преподаватель*

УЛЬЯНОВСК  
2019

## СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
СЦЕНАРИЙ МАСТЕР – КЛАССА .....	8
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	14
ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	15

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В рамках инновационной деятельности по подготовке обучающихся к чемпионатам «Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia) и конкурсам профессионального мастерства «Мастер - золотые руки», а также с целью осуществления профориентационной работы со школьниками, разработан бинарный мастер – класс «Лукошко здорового питания», в ходе которого участники для выполнения заданий используют русский и английский языки, что является новой формой подачи материала.

Тема здорового питания актуальна, т.к. состояние здоровья населения, а особенно подрастающего поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее. Проблема здорового образа жизни и рационального питания рассматривается на учебных занятиях по дисциплине «Иностранный язык» через организацию проектной деятельности студентов, результатом которой является презентация творческих проектов, посредством изучения соответствующих тем на занятиях иностранного языка, через тематические интерактивные площадки и бинарные мастер-классы, совместно подготовленные с преподавателями профессиональных модулей.

Методическая разработка мастер-класса составлена в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальностям 31.02.01 Лечебное дело, 31.02.02. Акушерское дело, 34.02.01. Сестринское дело и прошла апробацию в 2019 – 2020 учебном году в рамках мероприятий «День открытых дверей», недели цикла ОГСЭ, областной школы педагогического мастерства «Перспектива» для молодых педагогов области и регионального форума педагогических работников ПФО.

Структура мастер-класса предполагает следующие моменты:

- Выделение проблемы.
- Актуализация знаний участников в данной проблемной плоскости, предоставляющая возможность высказаться каждому участнику.
- Презентация опыта педагогом - мастером.

- Объединение в группы для решения поставленных задач.
- Проведение имитационной игры.
- Представление результатов деятельности.
- Рефлексия.

Методическая разработка включает в себя следующие разделы: пояснительную записку, план-конспект мастер-класса, и приложения. В пояснительной записке раскрывается актуальность и назначение мастер-класса, указываются сведения о тематике и типе занятия, целях и формируемых общих компетенциях, материально – техническом обеспечении, межпредметных связях, категории обучающихся.

План-конспект мастер-класса представляет серию комбинированных заданий и упражнений по дисциплинам «Иностранный язык», «Выполнение работ по профессии младшая медицинская сестра по уходу за больными», подобранных по принципу «От простого к сложному». Все этапы занятия предполагают развитие умения участников использовать родной и иностранный языки для решения поставленных задач и создают условия для включения каждого участника мастер – класса в активную деятельность. Выполнение заданий предполагает использование «Кейс-метода» (решение ситуационных задач). Понимание значения лексики и предложений проверяется методами самоконтроля и взаимоконтроля.

Приложение состоит из: раздаточного дидактического материала, таблицы для оценивания мастер-класса, справочного тематического материала.

**1. Тема:** «Лукошко здорового питания»

**2. Тип занятия:** бинарный мастер-класс

**3. Форма организации мероприятия:** интерактивная игра (45 минут)

**4. Методическая цель:** использование инновационных технологий и деятельностно–компетентностного подхода при проведении профориентационной работы.

**5. Цели:**

*Образовательная:*

- создание условий для приобретения знаний, демонстрирующих правила здорового питания и развития умения соблюдать их в жизни,

- обеспечение подготовки обучающихся в соответствии с требованиями ФГОС СПО, чемпионата «World skills» и конкурса профессионального мастерства «Мастер золотые руки»,

- актуализация лексики по темам «Работа медицинской сестры в терапевтическом отделении», «Диета. Витамины. Продукты питания»; «Пищеварительная система человека»,

- создание условий для развития умения общаться на английском языке в сфере профессиональной деятельности,

- расширение кругозора обучающихся в области здорового образа жизни.

*Воспитательная:*

- способствование формированию бережного отношения к своему здоровью и укреплению традиций здорового питания,

- оказание обучающимся профориентационной поддержки в ходе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности.

*Развивающая:*

- развитие памяти, мышления, познавательной и творческой активности обучающихся, языковой догадки;

- создание условий для активной самоуправляемой деятельности участников.

В рамках мастер-класса формируются **общие компетенции** студентов:

**ОК.1.** Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

**ОК.3.** Принимать решение в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

**ОК.6.** Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководителями, потребителями;

**ОК.11.** Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу, человеку.

**Ожидаемый результат.**

В рамках мастер-класса участники должны понимать социальную значимость своей будущей профессии, утвердиться в выборе профиля обучения, приобрести знания, демонстрирующие правила здорового питания и умения соблюдать их в жизни.

## **6. Материально-техническое обеспечение учебного занятия**

*Мебель и оборудование:*

- Мультимедийная доска
- Учебные столы

*Аппаратура, приборы, ТСО*

- Компьютеры

*Учебно-наглядные пособия:*

- Информационные постеры,
- Тематические планшеты,
- Оснащение для проведения мастер-класса «Лукошко здорового

питания»,

- Методическая разработка мастер-класса.

*Дидактический материал:*

- Папка с раздаточным дидактическим материалом,
- Методические рекомендации по выполнению заданий.

## **7. Межпредметные и внутрипредметные связи**

*Ученые дисциплины:* «Выполнение работ по профессии младшая медицинская сестра по уходу за больными», « Гигиена и экология человека.

## **8. Место проведения занятия:**

Аудитория №115 ОГБПОУ УМК.

## **9. Категория обучающихся**

Методическая разработка мастер-класса может быть использована преподавателями иностранного языка и профессиональных модулей ОГБПОУ «Ульяновского медицинского колледжа» и других профессиональных и общеобразовательных организаций для проведения интерактивных занятий по

темам: «Здоровый образ жизни», «Продукты питания» в рамках дисциплины «Иностранный язык» со студентами 1-5 курсов, специальностей «Сестринское дело», «Акушерское дело», «Лечебное дело». Лексический материал мастер-класса универсален и может быть использован обучающимися любой возрастной категории и профессиональной направленности.

**Порядок и механизмы организации и проведения мероприятия:**

**I. Организационно - мотивационный этап**

- Организационный момент.

**II. Этап организации учебно-познавательной деятельности обучающихся**

- Актуализация знаний.

- Ознакомление с новым материалом.

- Применение полученных в ходе занятия знаний на практике.

- Обобщение и систематизация знаний.

**III. Рефлексивно-оценочный этап.**

- Обсуждение и оценивание деятельности участников мастер-класса.

- Оценивание мастер-класса.

ИТОГО: 45 мин.

## **СЦЕНАРИЙ МАСТЕР – КЛАССА**

### **«Лукошко здорового питания»**

#### **I. Организационно - мотивационный этап**

Добрый день дорогие друзья! Сегодня мы поговорим с вами на очень интересную и актуальную тему, а на какую вы должны догадаться сами.

##### **Слайд 1**

Are you eating, are you eating healthy food, healthy food?

Our body needs it, our body needs it to be good, to be good.

Участники переводят слова песни (Употребляешь ли ты здоровую пищу, в которой нуждается твой организм, чтобы нормально функционировать?) и формулируют тему занятия «Лукошко здорового питания».

#### **II. Этап организации учебно-познавательной деятельности обучающихся**

Мы вам приготовили задание: Посмотрите на плакат, где указаны основные группы продуктов питания (участники читают названия групп продуктов на английском языке и переводят на русский язык). К плакату прилагаются разрезные карточки с картинками различных продуктов питания и надписями на английском языке. Ваша задача: разложить карточки по группам и осуществить набор продуктов для завтрака, обеда и ужина. (Участники выбирают карточки с продуктами питания, раскладывают их по группам, мотивируя свой выбор). Анализируется выбор продуктов питания участниками мероприятия.

##### **Вывод:**

**На завтрак:** рекомендуется что-то легкое, но калорийное: овсяная или любая другая каша, мюсли, фрукты.

**На обед:** мясо, рыба, курица с гарниром из гречки, риса и т д.

**На ужин:** прием пищи не должен быть тяжелым: отварное мясо или рыба, овощные салаты, запеченные или приготовленные на пару овощи.

**Здоровое питание** обеспечивает рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствует укреплению здоровья и профилактике заболеваний. Соблюдение правил здорового питания в сочетании с физическими упражнениями сокращает риск хронических заболеваний: (избыточный вес,

сердечно - сосудистые заболевания, сахарный диабет, повышенное АД). Состав идеального рациона зависит от образа жизни, возраста, места проживания, но существует более или менее универсальные советы здорового питания.

Давайте вместе с вами посмотрим слайды и сформулируем правила здорового питания.

**2 слайд:**

Please, lord, send something good to eat,

Not rusty bacon or fatty meat.

Not wife's sad buns from floppy barn,

Keep me from all digestive harm.

**Правило:**

Старайтесь снизить потребление животных жиров, сливочного масла, потребление жареной жирной пищи и выпечки, а увеличить потребление растительного масла и ненасыщенных жиров.

**3 Слайд:**

Lunch box lunch box,

What is for lunch?

Peanut butter sandwich,

And celery to crunch.

Carrots and bananas,

And apples to munch.

A bite and a bite,

A bite and a bite,

Now I am heavy, but lunch box is light.

Robin the Bobbin a big greedy Ben,

He ate more meat than four score men.

He ate a cow he ate a calf,

He ate a butcher and a half.

He ate a church he ate a steeple,

He ate a priest and all the people,

And yet he complained he was hungry.

**Правило:**

Следите за массой тела, калорийностью продуктов питания, а главное не пере едайте, контролируйте количество потребляемой пищи.

**4 слайд:**

Если к чаю ждешь ты друга,

К чаю нужен сахар **sugar**.

А еще варенье **jam**,

Это следует знать всем.

Надо щедрым быть с друзьями,

Угостить их медом **honey**.

Дружбу только укрепит,

Вкусная конфета **sweet**.

Ни котлеты, ни сосиски,

Не сравнить с печеньем **biscuit**.

Даже сытый человек,

Съест пирожное **cake**.

Наслажденье будет райским,

Съест мороженое **ice cream**.

Это вам не бутерброд,

Целиком не сунешь в рот.

Угощение уплетай

С аппетитом **appetite**.

**Правило:**

Ограничивайте потребление простых углеводов: сахара, меда, сладостей, сладких шипучих напитков.

**5 слайд:**

Видео с фруктами и овощами.

**Правило:**

Стремитесь к увеличению доли фруктов и овощей, цельных зерен и орехов, которые должны составлять 50-60% источника энергии.

**6 слайд:**

Без соли борщ не лезет в рот,

Соль по-английски просто **salt**.

**Правило:**

Старайтесь снизить употребление соли в пищу.

**7 слайд:**

Видео I like I do not like.

**Правило:**

Изменяйте рецептуру традиционных блюд (вместо майонеза используйте нежирный йогурт, высококалорийные продукты заменяйте низкокалорийными). Овладевайте новыми технологиями приготовления пищи (не жарьте пищу, а запекайте или готовьте на пару, используйте посуду с антипригарным покрытием, что позволит сократить количество масла).

**8 слайд:**

Breakfast is in the morning,

Dinner is in the day.

Tea comes after dinner,

Then comes time to play.

Supper is in the evening,

When the sky is red.

Then the day is over

And we go to bed.

**Правило:**

Старайтесь питаться полноценно 3 раза в день, не заменяйте приемы пищи перекусами.

А сейчас предлагаем вам поиграть: Прослушайте фразу и постарайтесь завершить ее английским словом, подходящим по смыслу.

Вкуснотища ... **very good**

Пища по-английски...**food.**

Для Шарика, для друга

Припас я сахар ...**sugar.**

Масло нужно всем ребятам,

Масло по-английски ...**butter.**

Так и лезет ко мне в рот,

Этот вкусный бутерброд,

Сверху **sausage**, снизу **bread**,

Приходите на обед.

Всегда ты сладкий ждешь сюрприз,

Конфеты по-английски ...**sweets.**

Без соли борщ не лезет в рот,

Соль по-английски просто ...**salt.**

Это вовсе не каприз,

Сыр мы называем ...**cheese.**

Молоко я пить привык,

Молоко иначе ...**milk.**

Мясо жарится, шкварчит,

Мясо по-английски ...**meat.**

Ах, не лезет мне в карман,

С изюмом булка, то есть ...**bun.**

Пирожки! Налетай!

Пирожок иначе ...**pie**.

Слива тут и слива там,

Слива по-английски ...**plum**.

### **III. Рефлексивно-оценочный этап.**

Молодцы! Вы прекрасно справились с заданием и заслужили полезные призы (участники получают мандарины, яблоки, бананы, коробочку сока). Давайте подведем итоги нашего мероприятия.

Кто был самый активный?

Какое задание вам понравилось больше всего?

Какое упражнение вызвало у вас затруднение? Надеюсь, наше мероприятие было полезным, и вы будете руководствоваться в жизни правилами здорового питания, которые сформулировали сами. До новых встреч!

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В ходе мастер-класса, затрагивающего проблемы здорового питания, участники осваивают 30 лексических единиц активного словаря, совершенствуют практический опыт употребления слов в предложении. Во время проговаривания у обучающихся развиваются и совершенствуются произносительные навыки. В рамках мастер-класса создаются условия для раскрытия социальной значимости будущей профессии, которые помогают участникам утвердиться в выборе профиля обучения, приобрести знания, демонстрирующие правила здорового питания и умения соблюдать их в жизни.

Элементы рефлексии, предусмотренные на занятии, способствуют развитию умения анализировать, сравнивать и обобщать. В целом, занятие призвано повысить мотивацию изучения иностранного языка, совершенствовать опыт употребления

## **ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Алексеева Т.С., Практикум по культуре речевого общения (второй иностранный язык) Учебно-методическое пособие для студентов V курса ФЛиМС / Т.С. Алексеева, Р.В. Наугольная. – Ульяновск: УлГУ, 2017. – 92 с.

2. Козырева Л.Г. Английский язык для медицинских колледжей и училищ: учебник / Л.Г. Козырева, Т.В. Шадская. – 12 – е изд., Ростов н/Д.: Феникс, 2018. – 315 с.

3. Кузовлев В.П., Английский язык. Учебник для 9 класса общеобразовательных учреждений, М., Просвещение, 2015. – 360 с.

4. Тылкина С.А. Пособие по английскому языку для медицинских училищ: учебник, С.А. Тылкина, Н.А. Темчина, – М.: АНМИ, 2018. – 160 с.