|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课  题 | **第三节 关注合理营养与食品安全** | | | | 课  时 | 1 | | 课型 | 新授 | |
| 教  学  目  标 | 知识与技能 | 举例说出什么是合理营养。  关注食品安全。 | | | | | | | | |
| 过程与方法 | 尝试运用有关合理营养的知识，设计一份营养合理的食谱，关心长辈的饮食。  引导学生分析资料，明确关注食品安全的重要性。 | | | | | | | | |
| 情 感 态 度  与 价 值 观 | 1、教育学生要养成健康的饮食习惯，改进营养方面的不良行为。  2、帮助家长健康地生活，并培养关心长辈的情感。  关注绿色食品，认同环境保护与食品安全之间的统一性。 | | | | | | | | |
| 重  点 | 关注合理营养及在健康生活中的意义。  关注食品安全在健康生活中的意义；通过分析资料，明确关注食品安全的统一性。 | | | | | | | | | |
| 难  点 | 设计一份营养合理的食谱，将所学知识上升为意识，再将意识转化为行动。  通过分析，认同环境保护与食品安全之间的统一性。 | | | | | | | | | |
| 关  键 | 引导学生分析，认同环境保护与食品安全之间的统一性。 | | | | | | | | | |
| 教  具 | 报纸、插图、学生收集的资料  插图、收集的食品包装袋或包装盒。 | | | | | | | | | |
| 板  书  设  计 | 第三节 关注合理营养与食品安全  一、合理营养——平衡膳食  二、设计：为家长设计一份午餐食谱  三、关注食品安全  1、购买安全食品  包装食品  购买注意事项 非包装食品  2、预防食物中毒  3、防止食品污染  四、绿色食品  A级绿色食品  AA级绿色食品 | | | | | | | | | |
| 教学  流程 | 教学内容 | | 教师调控 | 学生活动 | | | 设计意图 | | | 时  间 |
| 组织教学  创设情境  导入新课  新  授  过  程 | 人体的生长发育和进行各种活动，都需要营养物质和能量。有些学生为追求苗条，盲目减肥，不正常吃饭，最后失去了生命；我们有的人长期吃方便面、烧烤等，不吃饭；有的人不吃早饭就上学，对吗？你想探究其中的奥秘吗？一起关注：  一、合理营养  平衡膳食：能够满足人体对营养物质和能  量的需要。  <分析>：中国居民“平衡膳食宝塔”  1、一日三餐，按时进餐；  2、不偏食，不挑食，不暴饮暴食；  3、早、中、晚餐能量分别占30%、40%、30%；  4、均衡吃五类食物：谷类、蔬菜水果类、肉类、奶和奶制品、脂肪类。  二、设计：为家长设计一份午餐食谱  （一）目的要求  （二）设计食谱、讨论  根据提示要求设计。  考虑：当地常吃的食物种类、营养成分、价格、中老年健康状况和饮食习惯等。  （三）亲自在家中尝试烹调，请家长评价、品尝。 | | 教师指导学生联系当今社会发生在我们自身和周围一些人的不良饮食习惯，及社会上存在的食品方面的不安全因素，设疑，引导学生思考，进而引出探究的主要话题。  课前组织学生收集当地近期各种宣传媒体报道的  不合理营养现象的资料。  教师搜集本校学生体检数据：正常占24%、其它都为营养不良或营养过剩贫血等。  课堂交流这些信息，并组织学生分组讨论书中图片中的不合理现象。结合自身，课前为父母设计食谱，分析、归纳什么是合理营养。具体分析中国居民“平衡膳食宝塔”，得出结论。  在理解合理营养的基础上，教师指导学生从营养比例、父母口味、健康状况等情况，设计出营养合理的食谱。 | 联系当今社会发生在我们自身和周围的不良饮食习惯，及社会上存在的食品安全方面的隐患，思考教师提出的问题，说出自己的亲身体会。尝试回答，探究新问题。  课前收集当地近期各种宣传媒体报道的有关不合  理营养现象的资料。  倾听教师介绍我校学生体检过程中的不正常比例76%大都为营养不良或营养过剩、贫血等。课堂上自检、交流信息。分组讨论书中图片中的不合理现象，尝试小组交流解释科学道理。结合课前设计的食谱，借助“平衡膳食宝塔”，分析归纳什么是合理营养。举例说出。  利用自己所学习的合理营养的知识，在教师的指点下，根据父母的具体情况设计食谱，请家长评价、品尝。 | | | 联系学生生活中所见所闻的一些不良饮食习惯和食品方面的不安全隐患，创设情境，导入新授。激发学生探究新知的欲望。  举例说出什么是合理营养。通过列举不合理  营养的现象，引导学生逆向思维，明确合理营养的含义。  培养学生收集信息、分析信息和整合信息的能力，同时培养学生合作学习和观察、比较的思维能力。  教育学生要养成健康的饮食习惯，改进营养方面的不良行为。  尝试运用有关合理营养的知识，设计一份合理的食谱，培养关心长辈的情感。 | | | 5’ |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 新  授  过  程 | 三、关注食品安全  1、怎样购买安全食品  （1）安全的包装食品  会解读包装袋的内容  （2）安全的非包装食品  2、预防食物中毒  （1）浸泡、冲洗蔬菜，去农药。  （2）不吃发芽的马铃薯、毒蘑菇、新鲜黄花菜、发霉的花生米等。  3、防止食品污染  （1）不吃腐烂变质的食物。  （2）厨房、炊具要干净  4、环境保护与食品安全的统一性。  四、绿色食品  1、概念  2、分类  A级绿色食品  AA级绿色食品 | 教师指导学生将收集到的食品包装袋或包装盒拿到课堂上，指导学生四个人一组讨论、分析书3道题。  指导学生联系实际：买菜、洗菜、做饭、采集蘑菇、不吃发芽的马铃薯等饮食卫生问题或结合自己收集的资料、书中的插图，归纳如何注意食品安全问题，  教师补充列举大量的实例，引导学生举例并讨论：人哪些活动影响食品安全呢？归纳。  引导学生阅读教材内容，联系生活实际，归纳、总结出绿色食品的概念和分类，举例。 | 阅读自己课前收集到的2——3种食品包装袋或包装盒上的内容。  四个人一组进行资料分析，讨论书 3道题，小组汇报。  联系生活实际：买菜、洗菜、做饭、等活动中应该注意的食品安全问题或咨询家长，小组合作分析自己收集的资料和书中的插图，归纳如何进行食品安全防范。小组交流，全班汇报环境保护与食品安全的统一性和重要性。  学生自主阅读教材内容，联系生活实际，思考、归纳出绿色食品的概念和分类，举例。 | 引导学生分析资料，明确关注食品安全的重要性。培养学生资料分析和合作学习的能力。联系生活实际和插图，归纳应如何关注食品安全。培养学生联系实际能力和合作探究能力。养成良好的饮食卫生习惯。学会怎样购买安全食品、预防食物中毒、防止食品污染等，认同环境保护与食品安全之间的统一性。  说出绿色食品的概念及种类。学会鉴别绿色食品。对学生进行环保教育。 | 20’  5’ |
| 典例分析 |  | | | | |
| 巩固应用 |  | | | | |
| **学习诊断** |  | | | | |
| 延伸拓展 | 一味靠节食减肥，正确吗？是否能说出科学的道理？  你认识了绿色食品，是否能介绍一下有机食品？ | | | | |
| 本课小结 | 学生倾诉本节课体会。 | | | | |
| 作  业 | 根据自己设计的食谱，亲自在家中烹调，请家长品尝、评价。准备食品包装袋  课外到图书馆或网上进一步查阅有关绿色食品的知识。 | | | | |
| 课  后  反  思 |  | | | | |