

PAMOKOS / UGDYMO VEIKLOS PLANO FORMA
Ignalinos rajono savivaldybės švietimo stebėsenos rodikliui
„Pagal STEAM ugdymo metodą pravestų pamokų skaičius“ apskaičiuoti

Mokomasis dalykas		Matematika
Tema		Subalansuotos mitybos plano kūrimas
Klasė		5b
Ugdymo tikslas		Ugdyti mokinių gebėjimą planuoti sveiką mitybą, skaičiuoti kalorijas, taikyti mokslo, technologijų ir matematikos žinias praktikoje bei kūrybiškai pateikti sprendimus.
Mokymo(si) uždavinys		Mokiniai: - Supras subalansuotos mitybos principus; - Mokės pasirinkti sveikus produktus; - Skaičiuos pagrindinių produktų kalorijų kiekį; - Sukurs subalansuotos mitybos dienos planą.
S T E A M	Science – gamtos mokslai	Aiškinamasi, kodėl organizmui reikia baltymų, angliavandenių, riebalų ir vitaminų. Aptariamos jų funkcijos.
	Technology – technologijos Tinka tiek paprastos, tiek išmaniosios: darbas kompiuteriu, informacijos paieška internete ir kt.	Naudojamas kalorijų skaičiuotuvas internete (pvz., www.kalorijos.lt).
	Engineering – inžinerija Praktinis žinių taikymas įvairiose technikos sferose, įvairių įtaisų, technologinių sistemų ir procesų projektavimas, kūrimas ir pan.	Kuriamas dienos mitybos planas – planuojami pusryčiai, pietūs, vakarienė ir užkandžiai.
	Arts – menai ir kūryba Gali būti tiesiog kūrybiškumo ugdymas	Mokiniai sukuria vizualų subalansuotos mitybos meniu plakatą (piešinį ar skaitmeninį).
	Math – matematika Įvairūs skaičiavimai ir / ar matematinio, loginio mąstymo ugdymas	Skaičiuojamas kalorijų kiekis, lyginamas su rekomenduojamomis normomis 5 kl. mokiniui (~2000 kcal/dienai).
Įgytų žinių ir / ar gebėjimų poreikis kasdieniame gyvenime Keli konkretūs pavyzdžiai		- Gebėjimas sudaryti sveiką meniu sau ar šeimai. - Supratimas apie maisto produktų maistinę vertę. - Galimybė įvertinti produktų kalorijas ir pasirinkti sveikesnius variantus.
Data		2025-05-29
Vieta		52 kabinetas
Trukmė		45 min.
Mokyklos pavadinimas		Ignalinos Česlovo Kudabos gimnazija
Mokytojo patarimai po pamokos / ugdymo veiklos		Galimą veiklą skirti 2 pamokoms.
Mokytojo vardas, pavardė <i>Neprivaloma</i>		