МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖЕНИЕ

Школа интернат №1

**Внеклассное мероприятие**

**«Правильное питание»**

**1-4 классы**

Г.О.Самара

**Цель:**

- Развивать культуру здоровьесбережения через приобщение к здоровому образу жизни;

**Задачи:**

-Способствовать расширению знаний детей об овощах, как полезных продуктах;

-Познакомить детей в доступной форме с целебными свойствами некоторых овощей;

-Формировать отношение к правильному питанию, как основной части здорового образа жизни;

***Познавательные УУД:***

Строить логическое рассуждение.

***Коммуникативные УУД:***

Формировать умение договариваться, умение работать в группе, находить общее решение, умение аргументировать своё предложение. Формировать способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу, взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания.

***Регулятивные УУД:***

Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

***Личностные УУД:***

Формировать способности к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности.

**Наглядность и оборудование:**

Использование ИКТ ( Компьютер, проектор, презентация по теме «Правильное питание»).

1. маски и костюмы для Карлсона и сценки «Сказка про репку»;
2. пазлы «Овощи», для работы в группах листы чертёжной бумаги, напечатанные тексты, загадки, картинки с изображением овощей, клей.

**Ход мероприятия**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы мероприятия | Деятельность учителя и учащихся | УУД |
| **I.Организационный момент.** | Добрый день, дорогие ребята и уважаемые гости! | **Личностные** **УУД:** самоопределение. |
| **II.Актуализация знаний.** | ***Вбегает Карлсон, ищет кнопку на животе, но мотор не заводится.******Карлсон*** Ой! Мамочки! Что же такое творится?!Мотор мой не хочет никак заводиться.***Учитель***Здравствуй, Карлсон!Что грустишь ты? Дай ответ!***Карлсон*** Я обкушался варенья!А ещё было печенье.Торт и множество конфет:Очень вкусным был обед.А теперь мотор заглох.Ох, зачем я ел пирог?..***Учитель*** Где же ты сегодня был?***Карлсон*** Слон обедать пригласил.Отказать ему не смог.Ох, зачем я ел пирог?***Учитель*** Да, друзья, на первый взгляд.Стал Карлсон толстоват.Разве можно столько есть?На диету нужно сесть!***Карлсон*** Чтобы сесть, нужна кровать.А до дома не достать.Кто б на крышу влезть помог.Ох, зачем я ел пирог.***Учитель*** Сам во всём ты виноват:Ел и пил ты всё подряд!***Карлсон*** Я мужчина в цвете лет,Ну а вам и дела нет!Всё – настал последний вздох!Ох, зачем я ел пирог…***Учитель*** - Ребята, как вы думаете, почему *Карлсону* так плохо? *(Выслушать ответы детей)*- Да, вы правы. Сладости мы любим, но есть их нужно понемногу. Иначе, можно заболеть. И не стоит забывать: сладостей сто, а здоровье одно. Надо научиться отказывать себе в продуктах, которые вредят здоровью: чипсы, фанта, напиток пепси… Народная мудрость гласит: «Здоровье потеряешь - всё потеряешь». - Карлсон, оставайся с нами. Мы сегодня с ребятами будем говорить о правильном и здоровом питании.***Учитель:*** Всем известно, всем понятно,Что здоровым быть приятно.Только надо знать, как здоровым стать.Итак! В путь дорогу собирайтесь,За здоровьем отправляйтесь!- А куда мы отправимся за здоровьем, догадайтесь, послушав стихотворение. В огороде много гряд,Тут и репа и салат.Тут и свёкла, и горох,А картофель разве плох?Наш зеленый огородНас прокормит целый год. *(Выслушать ответы детей)*- Что растет на огороде? - Отгадайте, что за овощ?Круглый бок, желтый бок.Сидит на грядке колобок.Врос в землю крепко.Что же это? ***(репка)***Предлагаю вашему вниманию посмотреть инсценировку сказки «Сказка про репку»***Ведущий***Дедка репку посадил…Дедка репке говорил:***Дед***Ты, расти, расти большая.Стань богатым урожаем, Чтоб тобой я мог гордиться.Принесу тебе водицы,Удобрений ведер 5…Ох, устал, пора поспать.*Ложится недалеко от репки и засыпает.****Ведущий***Спит дедулька без забот.Репка между тем растет, Да воюет с сорнякамиИх ногами и руками…Вырывает…Вот уж осень на дворе.Зябким утром в сентябреДед проснулся, испугался.*Дед просыпается и прыгает от холода.****Дед***Ах, я старый, разоспался. Репку уж пора тянуть. Подросла, гляжу чуть-чуть. Ай, да репка уродиласьМне такая и не снилась.*Хватает репку и тянет.****Ведущий***Хвать, но репка возмутилась.***Морковка***Экий дедка ты неловкий!Я – не репка, я - Морковка.Не умыл ты видно глаз.Репки я стройней в 100 раз.И оранжевый к тому же.Коль салат корейский нужен,Без меня ты пропадешь….Сок морковный не попьешь,В супе мне замены нет…И еще один секрет.Я богата витаминомВсем полезным каротином.Я - отличный урожай!***Дед***Что ж, в корзинку полезай.Что такое, что за чудо,Может, выспался я худо?Репку сеял я весной.Ладно, батенька, постой,Репку вытяну другую.***Картошка***Ой, ой, ой, Я протестую!Я - не репка.Я- Картошка!Это знает даже кошка,Всем плодам я головаЯсно ведь как дважды два:Если в супе нет картошки,Ни к чему брать в руки ложкуЯ для чипсов слышишь, дед,Самый главный компонент.В жарком масле, вот смотриСтать могу картошкой фри,Я же славный урожай!***Дед***Что ж, в корзинку полезай.Я ж опять пойду по репу.Как сидит в землице крепко!Ай да репка, вот те на!***Капуста***Право я возмущена!Дед, ты сникерсов объелся,Сериалов насмотрелся,Может с печки ты упал?Как капусту не узнал.Я на репу не похожаУ нее одна одёжа,У меня их целых 100!Все без пуговокА то…Я - хрустящая капуста!Без меня в салате пусто,А со мной любой обедГолубцы иль винегрет…Станет в 10 раз полезней!И потом меня, любезный, Можно квасить и солить…И до лета аж хранить.Можешь, есть меня всю зиму!***Дед***Милости прошу …в корзину.Это что за чудеса?Вот уж битых 2 часаЯ провел на огороде.Где же репа? Эта вроде…***Свекла***Снова дед не угадал.Знать очки ты потерял,Или бес тебя попутал?Свеклу с репой перепутал.Я ее в 100 раз краснейСвеклы нет и нет борща,В винегрете и во щах…Я одна источник цвета!А свекольная котлета-Это просто объеденье!Сто процентов похуденье.Я - отличный урожай!***Дед***Что ж, в корзину полезай,И тебе найдется место. Только все же интересноГде же репа? Может эта?***Лук***Я почти того же цвета,Но не репка, старичок!Я же репчатый лучокПусть немного я коварен,Но в народе популярен.Самый вкусный шашлычокТот, в котором есть лучок.Все меня хозяйки знаютВ суп и кашу добавляют,В пирожки, в грибы, в отвар…Я для вирусов – КОШМАР!Я - отличный урожай!***Дед***Что ж в корзинку полезай.Вечер уж к концу подходит.Месяц на небо выходит.Да и мне домой пора.Завтра с самого утраСтану репку вновь искать.А теперь охота спать.Ух, тяжелая корзина, Пригодилась бы машина…Знатный вырос урожай!***Ведущий***Сказочке пришел конец.Тот, кто слушал, молодец.– Какие овощи выросли у деда?– Какие овощи можно съесть в свежем виде?- Давайте вспомним, как говорил каждый овощ про себя: а) Чем богата морковка?б) Можно ли сварить суп без картошки?в) Какой овощ можно квасить и солить?г) Без какого овоща нет борща?д) Кто боится лука? | **Коммуникативные УУД:** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками.**Регулятивные УУД**: умение высказывать своё мнение.**Познавательные УУД:** умение находить ответ на вопрос.**Познавательные УУД:** умение находить ответ на вопрос. |
| **III. Физминутка.** | **"Вершки и корешки".** **-** Я буду называть овощи, а вы, если мы едим подземные части (корешки) - садитесь на стульчики, а если наземные (вершки) - то встаёте и хлопаете в ладоши. *(Картофель, огурец, морковь, помидор, свёкла, капуста, чеснок, да ещё кабачок!).* |  |
| **IV.Решение проектной задачи.** | Чтобы узнать, действительно ли так необходимы овощи на нашем столе, прорекламируйте некоторые из них. На столе у вас лежат конверты с заданиями. ***Задания:***1. *Сложите картинку, узнайте овощ, который будете рекламировать.*
2. *Из предложенного материала составьте рассказ о данном овоще по плану:*
3. *Загадка*
4. *Полезные свойства*
5. *Подобранный материал оформите на листах А3.*
 | **Познавательные УУД:** общеучебные  - формирование познавательной цели; поиск и выделение необходимой информации.**Коммуникативные УУД:** инициативное сотрудничество в поиске и выборе  информации, умение оформлять свои мысли в устной форме с достаточной полнотой и точностью мысли. |
| **V.Защита работ** | Каждая команда представляет свою работу. Готовые рекламные листы размещаем в классном уголке. | **Коммуникативные УУД:** взаимодействие с партнёром, инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. умение оформлять свои мысли в устной форме; слушать и понимать речь других. |
| **VI. Вывод.** | -  От чего зависит наше здоровье?- А что нужно кушать больше, чтобы быть здоровым?- Правильно, овощей и фруктов нужно есть как можно больше, потому что в них много витаминов и других полезных веществ. Без витаминов человек болеет!**Песенка про витамины.*****Учитель:*** - Ну что, Карлсон, ты понял, чем нужно питаться, чтобы быть здоровым и не болеть?***Карлсон*** Спасибо, ребята! Теперь буду знать,И строго питанья режим соблюдать.Без помощи вашей совсем бы засох.Ох, зачем же я съел тот огромный пирог?***Учитель:*** Запомни, Карлсон, наш совет:Здоровье одно, а второго-то нет!А чтобы вы были здоровыми и не болели, я принесла вам угощенья!БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ! | **Познавательные УУД:** умение находить ответ на вопрос.**Познавательные УУД:**Рефлексия**Личностные:**смыслообразование |