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 огород  Нас 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 сорняками  Их ногами и руками…  Вырывает…  Вот уж осень на дворе.  Зябким утром в сентябре  Дед проснулся, испугался.  *Дед просыпается и прыгает от холода.*  ***Дед***  Ах, я старый, разоспался.  Репку уж пора тянуть.  Подросла, гляжу чуть-чуть.  Ай, да репка уродилась  Мне 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 витамином  Всем 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 голова  Ясно ведь как дважды два:  Если в супе нет картошки,  Ни к чему брать в руки ложку  Я для чипсов слышишь, дед,  Самый главный компонент.  В жарком масле, вот смотри  Стать 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 похожа  У нее одна одёжа,  У меня их целых 100!  Все без пуговок  А то…  Я - хрустящая капуста!  Без меня в салате пусто,  А со мной любой обед  Голубцы 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 часа  Я 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 красней  Свеклы 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 интересно  Где же репа? Может эта?  ***Лук***  Я почти того же цвета,  Но не репка, старичок!  Я же репчатый лучок  Пусть немного я коварен,  Но в народе популярен.  Самый вкусный шашлычок  Тот, в котором есть лучок.  Все меня хозяйки знают  В 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 утра  Стану 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 |