**Кл час «Вредная пятерка и полезная десятка»**

**Форма проведения:** классный час

**Цели и задачи:**

* углубить представление детей о рациональном питании;
* продолжить формирование позитивной оценки здорового образа жизни;
* побуждать детей к разумному, бережному отношению к сво­ему здоровью, к борьбе с вредными привычками.

**Подготовительная работа с детьми:**\* Подготовить в качестве домашнего задания выставку « Моя любимая еда»

\*Провести анкетирование на тему: «Какие продукты ты чаще всего употребляешь?»

**Оборудование**:

* приготовить 10 полосок бумаги; на каждой полоске написать название полезного продукта (яблоки, мед, лук, чес­нок, рыба, молоко, зеленый чай, банан, грецкий орех, морковь). Эти полоски в ходе игры крепятся на доску.
* На доске продукты питания( картинки) полезные и не полезные.

ВРЕДНАЯ ПЯТЕРКА

1. Сладкие газированные напитки.

2. Картофельные чипсы.

3. Сладкие шоколадные батончики.

4. Сосиски, сардельки, колбаса, паштеты.

5. Жирные сорта мяса, особенно в жареном виде

**Оформление:**

- написать на доске тему, эпиграф;

- развесить картинки, фотографии: продукты, кулинарные изде­лия, овощи фрукты;

- на доске нарисовать меню. Потом его можно будет стереть.

**МЕНЮ КАФЕ «ВКУСНОТА»**

|  |  |
| --- | --- |
| Названия блюд | Количество порций |
| 1. Салат из капусты |  |
| 2. Салат из свеклы |  |
| 3. Салат «Оливье» |  |
| 4. Борщ |  |
| 5. Суп Куринный с лапшой |  |
| 6. Суп Куринный с лапшой |  |
| 7. Котлеты с гарниром |  |
| 8. Чипсы картофельные |  |
| 9. Шашлык |  |
| 10. Голубцы |  |
| 11. Сосиски, сардельки |  |
| 12. Компот из сухофруктов |  |
| 13. Кисель из клюквы |  |
| 14. Газированные сладкие напитки (Пепси-кола, Кока-кола) |  |
| 15. Фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины) |  |
| 16. Шоколадный батончик |  |

**План классного часа**

I. Провоцирующая ситуация «Закажи блюдо».

II. Мини-лекция «Вредная пятерка».

III. Интерактивная беседа по теме «Что вредно и что полезно».

IV. Игра «Полезная десятка».

V. Работа в группах по теме «Простые рецепты».

VI. Народная мудрость.

VII. Заключительное слово.

VIII. Подведение итогов (рефлексия).

**Ход классного часа**

**I. Провоцирующая ситуация «Закажи блюдо»**

*Классный руководитель.* Ребята, вы знаете, что неко­торые кафе доставляют обеды прямо в офис. Представьте себе, что каждый из нас может сейчас тоже заказать себе обед, и нам привезут его прямо в класс. Только нужно указать точное количество порций. Платить за еду не нужно - у кафе сегодня праздничная акция. А вот и меню - выбирай, что хочешь *(читает список блюд).* Выбирайте по­скорее, а (имя) будет записывать, сколько порций нужно заказать.

*(Учитель читает названия блюд, дети поднимают руки, помощница записывает напротив каждого блюда количество порций, пока все блюда не будут названы.)*

Ой, ребята, вижу, что у многих тут разыгрался аппетит, но выну­ждена просить у вас прощения - это была всего лишь провокация. И затеяна она была только с одной целью: проверить, отдадите ли вы предпочтение самым вредным продуктам питания. Пять таких про­дуктов скрывались среди этих замечательных блюд. Вот эти продукты *(обводит мелом названия вредных продуктов).* И, как оказалось, все вы клюнули на провокацию и выбрали-таки эти продукты! Эти про­дукты несовместимы со здоровым образом жизни.

**II. Мини-лекция «Вредная пятерка»**

*Классный руководитель.* Вот что я прочитала в газете «Комсомольская правда». Врачи-диетологи всего мира выявили на­конец пятерку самых вредных для человека продуктов. Мы их помес­тил и в табличку «Вредная пятерка».

*(Помощница прикрепляет табличку к доске.)*

Классный руководитель *(читает и комментирует).* 1. Сладкие газированные напитки: «Кока-кола», «Спрайт» и другие. Созданы не для утоления жажды, а для ее вызывания. Отличаются гигантским содержанием сахара: в одном стакане его не менее пяти чайных ложек.

2. Картофельные чипсы, особенно приготовленные не из цельной картошки, а из пюре. В сущности, это смесь углеводов и жира плюс искусственные вкусовые добавки.

3. Сладкие шоколадные батончики. Большое количество сахара, химические добавки, высочайшая калорийность.

4. Сосиски, сардельки, колбаса, паштеты и другие продукты с так называемыми скрытыми жирами. В их составе сало, нутряной жир, свиная шкурка занимают до 40% веса, но маскируются под мясо, в том числе и с помощью вкусовых добавок.

5. Жирные сорта мяса, особенно в жареном виде. Оказалось, что нет ничего страшнее сосиски в тесте в сочетании с лимонадом!

Многие врачи к этой вредной пятерке добавляют еще и жеватель­ные конфеты, чупа-чупсы, майонез, кетчуп, лапшу быстрого приготовления, порошковые напитки, пиво и множество других пи­щевых изделий. Во всех этих продуктах очень много химии: заме­нителей, красителей, растворителей. Действие многих этих веществ сопоставимо с действием ядов. Если есть много такой пищи, организм постепенно привыкает к яду и уже не посылает тревожных сигналов в виде высыпаний на коже, тошноты или головокружений. Постепен­но ядовитые вещества накапливаются, и вспыхивает болезнь. Самое печальное, что именно эти вредные продукты и продаются в наших магазинах в свободной продаже, и даже не все родители знают об их вреде.

**III. Интерактивная беседа по теме «Что вредно и что полезно»**

*Классный руководитель.* Ребята, мне все-таки не дает покоя один в трос: многие из вас знают о вреде этих продуктов, но почему же вы гак упорно их покупаете?

*Примерные ответы детей:*

*-* Это вкусно, не надо разогревать, готовить.

- Это все реклама: с утра до вечера нас призывают есть эти ба­тончики, чипсы, пить эту воду...

- Красивавя упаковка, да и вкусно.

- Когда ешь, чувствуешь себя крутым, современным, как в рекламе.

- От шоколадного батончика, например, прибавляются силы...

*Классный руководитель.* Получается, что все вы - просто несчастные жертвы рекламы. Но вы же знаете, что наносите непоправимый вред свому здоровью! В младших классах вам говорили о правильном питании, на уроках биологии, ОБЖ вы тоже учили, как нужно правильно питаться.

Давайте вспомним самое главное. *(Учитель задает вопросы, дети отвечают.)*

*-* На какие 3 большие группы подразделяются продукты пита­ния? *(Белки, жиры, углеводы.)*

*-* Что еще нужно для здорового питания? *(Нужны витамины, ми­неральные вещества.)*

*-* Сейчас модны разные диеты: картофельная, мясная, молочная, ореховая. Люди налегают на что-то одно и зарабатывают себе целый букет заболеваний. Как это можно объяснить? *(В этом продукте не хватает микроэлементов, витаминов, других веществ, которые есть в других продуктах. Еда должна быть разнообразной.)*

*-* Что значит рациональное питание? *(Рациональное значит пра­вильное, разумное.)*

*-* Что такое баланс? *(Равновесие.)*

*-* Согласны ли вы с шуткой, что сбалансированное питание - это чипсы в правой руке и чипсы в левой? *(Нет, не согласны.)*

*-* Что же означает сбалансированное питание? (В *пище должно быть уравновешено содержание различных веществ.)*

*-* Для чего нужно употреблять сырые овощи и фрукты? *(Грубая растительная пища улучшает работу всей пищеварительной системы.)*

*-* Как соблюдать режим питания? *(Нужно есть в определенное время, на ночь не переедать.)*

*-* К чему приводит неправильное питание? *(К ожирению, болез­ням желудка, кишечника, печени.)*

Прочитайте эпиграф к нашему классному часу. Это слова Агаты Кристи *(читает):* «Желудок влияет на мозговые извилины!» Со­гласны ли вы с английской писательницей? *(Дети высказываются.)*

От того, что и как мы едим, зависит наше здоровье, настроение, самочувствие. Правильное питание - это важнейшее условие здоро­вого образа жизни.

**IV. Игра «Полезная десятка»**

*Классный руководитель.* Врачи-диетологи определили не только самые вредные продукты, но и самые полезные. Эти про­дукты всем нам известны. Что же это за продукты? Предлагаю вам игру. Я буду описывать свойства этих продуктов, а вы попробуйте угадать, о чем идет речь.

*(Учитель читает загадки, а когда дети отгадывают, помощница при­крепляет табличку, с названием продукта к доске.)*

1. В каждом саду можно найти эти замечательные фрукты. Они полезны во всех отношениях: в них есть кислоты, которые бо­рются с гнилостными бактериями в желудке; в состав их входит вещество (кверцетин), которое препятствует росту раковых клеток; они очень полезны для работы сердечно-сосудистой системы. Врачи советуют каждый день есть эти фрукты на полд­ник, чтобы получить все необходимые микроэлементы. Что это за фрукты? *(Яблоки.)*

2. Этот овощ - кладезь всех витаминов, минералов и микроэлемен­тов и защита от всех болезней. Каждый день мы добавляем его поч­ти во все блюда. Он улучшает работу печени, щитовидной железы, лечит простуду. В этом продукте очень много целебных веществ - фитонцидов, которые уничтожают микробы. Соком этого растения лечат насморк, а если его потереть и приложить к пяткам на ночь, то утром никакой простуды не будет. Лечебные свойства это овоща не пропадают даже при термической обработке. (Лук.)

3. Этот овощ тоже силен в борьбе с простудой. Кроме этого он наводит порядок в желудке, убивая вредные микроорганизмы. Он очень полезен в сыром виде, но его резкий запах мешает общению с людьми. *[Чеснок.)*

4. Этот оранжевый корнеплод богат витаминами и минералами. Но особенно много в нем витамина А. Очень полезен этот про­дукт для зрения, также он препятствует развитию рака, особен­но рака кожи. Этот корнеплод лучше всего употреблять в сыром виде, потому что после приготовления он теряет много полез­ных веществ. *(Морковь.)*

5. В очищенном виде этот продукт похож на мозг человека, поэтому считается, что он «ума, силы и памяти прибавляет». Полезен он также для сердца, для зрения, для обмена веществ. Этот продукт можно есть в сыром виде, можно его использовать в салатах, начинках для теста, в кондитерских изделиях. *(Грецкий орех.)*

6. Этот продукт моря является источником ценного белка и впол­не может заменить мясо. Для японцев это основной продукт пи­тания, который и делает их чемпионами долголетия. Но кроме белка в этом продукте много фосфора, который «отвечает» за кости и почки. Больше всего этого продукта едят в Ирландии - 92 кг в год. А в России - только 15 кг. *(Рыба.)*

7. Этот белый напиток животного происхождения просто необ­ходим человеку с первого дня рождения. В нем содержится белок, жир, кальций, который укрепляет кости. Из этого напитка с помощью бактерий люди научились делать сотни полезных продуктов. (*Молоко*)

8. Этот продукт - не только природный заменитель сахара, но и готовое лекарство от многих болезней. Им лечат простудные заболевания, болезни кожи, сердца. А красавицы с древних времен применяли этот продукт для ухода за кожей. *(Мед.)*

9. Этот сладкий тропический фрукт обладает целебными свойствами: снимает стрессы, восполняют утраченные силы, повышает уро­вень гемоглобина в крови, обеспечивает мозг кислородом, улуч­шает работу сердца. Он содержит огромное количество витаминов А, С, В6. Но тем, кто переживает за свою талию, увлекаться этим продуктом не стоит. В нем слишком много калорий. (*Бананы*.)

10. Родина этого ароматного напитка - Китай. Именно здесь научи­лись выращивать чудесные листья, которые дают золотистый бодрящий настой. Этот настой называют «лекарством от тьмы болезней». Он снимает усталость, улучшает работу сердца, пред­отвращает кариес, препятствует развитию раковых опухолей, способствует долголетию, дает эффект омоложения. Четыре ты­сячи лет употребляют люди этот напиток. Сотни сортов его мож­но встретить на прилавках. Желтый, красный, черный, белый. Но сами китайцы отдают предпочтение зеленому. Считается, что именно он самый полезный. Но только заваривать его надо в на­туральном виде, из листьев, а не из пакетиков. *(Зеленый чай.)*

*Классный руководитель.* Вот вы и угадали всю «полез­ную десятку». Вот она перед вами (читает). Эти продукты должны быть у всех на столе. Но это не значит, что нужно питаться только ими. В употреблении любого продукта нужно знать меру, учитывать свой возраст. Нужно также обращать внимание на качество продукта, степень его свежести. Ведь даже самым полезным продуктом можно отравиться.

**V. Работа в группах по теме «Простые рецепты»**

*Классный руководитель*. Все вы теоретически знаете правила питания. Но не всегда их выполняете. Предпочитаете питать­ся всухомятку, бутербродами, вместо того чтобы разогреть или при­готовить самим какое-нибудь простое, полезное блюдо. Сейчас мы поработает в группах. Проверим, знаете ли вы рецепты таких блюд? В начале - короткая история одного восьмиклассника Сергея. Его родители срочно уехали на три дня в деревню, чтобы помочь бабушке после операции. А Сергей вместе со своим младшим бра­том, первоклассником Алешей, остался на хозяйстве. В первый день братья дружно уплетали яйца: вареные, жареные, сырые. А уже на второй день Алешка заявил, что от яиц он скоро будет кукарекать, и категорически потребовал нормальной еды. Сергей обследовал кухню. Готовой еды не было, и он почему-то вспомнил фразу о «кост­лявой руке голода». Но потом обрадовался: в холодильнике было полно всяких продуктов - мясо, молоко, масло, сметана, крупы, картошка, морковка, лук, капуста... Сергей взял свой телефон, набрал список продуктов, приписал внизу текст: «Народ, срочно нужны простые ре­цепты нормальной здоровой еды!» и отправил смс-ки своим друзьям. В роли друзей у нас сейчас выступите вы (дети, сидящие за тремя соседними партами в одном ряду). Предложите Сергею, что можно приготовить из этих продуктов, опишите сам процесс приго­товления. На это дается всего лишь 10 минут. *(Включается музыка, дети работают.)* Время прошло, голодный друг ждет вашей помощи. *(Учитель приглашает представителей групп, дети рассказывают о ре­цептах и способах приготовления того или иного блюда.)*

Ну вот, все рецепты отправлены по адресу. Уверена, что Сергею очень пригодится дружеская помощь. Этих рецептов хватит и на сле­дующий день, а когда приедут мама с папой, им тоже будет чем под­крепиться с дороги. Самое простое решение в этой ситуации было занять денег, купить сосисок, лапши быстрого приготовления и про­держаться до приезда родителей. Но наш герой поступил рациональ­но - он не влез в долги, не травил себя и брата вредными продуктами, а позаботился о своем здоровье. Этот опыт самостоятельности ему очень пригодится в жизнм.

**VI.**  **Народная мудрость**

*-Пословицы о еде*

* 1.Хлеб да каша - еда наша.
* 2.Хлеба к обеду в меру бери - хлеб драгоценность, им не сори.
* 3.Когда я ем, я глух и нем.
* 4.Хлеб да вода - чем не еда?
* 5.Хлеб да вода - наша еда.
* 6.Худ обед, коли хлеба нет.
* 7.Кашу маслом не испортишь.
* 8.Мельница живёт водою, а человек едою.
* 9.Из костлявой рыбы уха вкусна.
* 10.Корова на дворе - завтрак на столе.
* 11.Сыпь в суп всех круп, что-нибудь да получится.
* 12.Много есть - не велика честь.
* 13.Червячка заморить.
* 14.На чужой каравай рот не разевай, а пораньше вставай да свой затевай.
* 15.Голодный как волк.
* 16.Крошки во рту не было.
* 17.Голодного словами не накормишь.
* 18.Съешь и это за милу душу.
* 19.Куском хлеба не попрекают.
* 20.Голодное око не заснёт глубоко.
* 21.Всякому нужен обед и ужин.

Какие из строк народной мудрости вы уже слышали и что они обозначают?

"Когда я ем, я глух и нем - т.е. не слушаю и не говорю.

"Червячка заморить - т.е. съесть что-нибудь очень мало.

"Голодный как волк. "Крошки во рту не было - т.е. давно не ел.

**VII.Заключительное слово**

*Классный руководитель.* Врачи утверждают, что самые распространенные болезни у школьников - это болезни желудка и малокровие. В определении причины этих болезней врачи еди­нодушны - неправильное питание: употребление вредных продук­тов, нарушение режима питания, еда всухомятку и т. п. К сожалению, многие школьники беспечно относятся к своему здоровью, забывая известную русскую поговорку: «Что имеем, не храним, потерявши -плачем». Те, кто говорят, что сейчас модно есть чипсы, запивая их сладкой газировкой или пивом, безнадежно отстали: во всем циви­лизованном мире сейчас модно быть здоровым.

**VIII.. Подведение итогов (рефлексия)**

*Классный руководитель.*

Какой лозунг мы можем сегодня провозгласить?

С каким настроением вы уходи­те с классного часа? Что запомнилось? С чем не согласны?

*Примерные ответы детей:*

*-* Настроение нормальное, только аппетит разыгрался.

- Запомнила пятерку самых вредных продуктов. Постараюсь себя больше не травить.

- Запомнила «полезную десятку». Оказывается, у нас она посто­янно на столе.

- Не согласен, что чипсы вредные - их бы запретили продавать!

- Думаю, что не нужно убирать из школы некоторые продукты. Кто захочет, все равно их купит в ларьках на улице.

В ходе классного часа ребята заполняют « путеводитель» по теме классного часа. Все выводы записывают.

**Приложение № 1**

« путеводитель»

**Ф.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Тема классного часа:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1. Мои любимые продукты:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Какие продукты чаще всего употребляешь? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. « Закажи блюдо»

**Меню кафе « Вкуснота»**

|  |  |
| --- | --- |
| Названия блюд | Количество порций |
| 1. Салат из капусты |  |
| 2. Салат из свеклы |  |
| 3. Салат «Оливье» |  |
| 4. Борщ |  |
| 5. Суп Куринный с лапшой |  |
| 6. Суп Куринный с лапшой |  |
| 7. Котлеты с гарниром |  |
| 8. Чипсы картофельные |  |
| 9. Шашлык |  |
| 10. Голубцы |  |
| 11. Сосиски, сардельки |  |
| 12. Компот из сухофруктов |  |
| 13. Кисель из клюквы |  |
| 14. Газированные сладкие напитки (Пепси-кола, Кока-кол, Спрайт) |  |
| 15. Фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины) |  |

1. Распредели продукты:

|  |  |
| --- | --- |
| **Вредная пятёрка** | **Полезная десятка** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

1. **« Простые рецепты»**
2. Народная мудрость( пословицы о еде):

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Подведение итогов:

-Какой лозунг можем провозгласить?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

-Что запомнилось?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

С чем не согласны?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_