Внеклассное мероприятие по курсу « Разговор о правильном питании»

*Форма проведения -* ***интеллектуальная игра***

« Как?

Зачем?

Почему?»

*для детей 8-9лет*

***Коробова Марина Арсеньевна,***

*352830 Краснодарский край*

* Туапсинский район*

*с. Агой,ул. Школьная д.12, кв.1*

МБОУ СОШ №24 с. Агой,

учитель

начальных классов

352830 Краснодарский край

Туапсинский район

С. Агой, ул. Школьная,д.1Б

***Цель***: активизировать познавательную деятельность, расширить объём знаний о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья,формировать навыки овладения правилами игры;

- развивать логическое мышление, сообразительность, память, внимание, интеллект, любознательность;

- воспитывать культурную личность, способную оценить свой рацион и режим питания с точки зрения здорового образа жизни;

- воспитывать взаимопомощь и взаимовыручку.

***Оборудование:*** игровое поле с названием секторов, чёрный ящик, конверты с заданиями, песочные часы, табличка «Жюри», эмблемы команд, диски с мультфильмами «Трое из Простоквашино»», « Малыш и Карлсон», « Незнайка и его друзья», фонограммы песни и танца « Поворята», кубики, творческие работы детей, фотографии.

***Ход игры***

***Оргмомент.*** *П*одготавливается игровое поле, доска украшена творческими работами детей: сочинения о любимом блюде, кроссворды о продуктах питания, поговорки и пословицы о еде. Подготовка команд: придумывание названия( доказать полезность продукта в названии команды), выбор эмблемы.

***Сообщение темы и цели игры.***Мы проводим интеллектуальную игру « Как? Зачем? Почему?», посвящённую разговору о правильном питании. Здесь собрались *три* команды – две команды учеников нашего класса и *одна родителей*. Все участники должны прявить эрудицию, остроумие. Смекалку, сообразительность, а также должны быть очень внимательными и дружными, чтобы прийти к победе. Всем отличного настроения и радостных побед.

***Представление команд.*** Команда №1 « Подсолнушки», капитан... . Команда №2 «Хурминки»,капитан… . Команда №3 « Кукурузки», капитан … .

***Сообщение правил игры.*** Приветствуем всех членов команд и желаем им победить.Внимательно слушайте правила игры.

1. Жители Цветочного города коротышек играют против 3 команд знатоков нашего класса.
2. Игра состоит из 10 раундов. Каждый раунд соответствует названию секторов на игровом поле.
3. В каждом секторе расположены конверты с названиями заданий от героев книги Н. Носова « Приключения Незнайки и его друзей».
4. На обдумывание и обсуждение задания даётся определённое время, когда игрокам разрешается общаться друг с другом.
5. После обсуждения вопросов отвечать имеет право капитан, либо игрок, уверенный в правильности своего ответа.
6. Подводить итоги игры и анализировать ваши ответы будут члены компетентного жюри( представление членов жюри – родителей учеников)
7. Сектор определяет кубик, брошеный капитаном.

***Игра по заданиям.***

**РАУНД 1**. СЕКТОР ***« Зелёная аптека Медуницы»***

*Команде №1.* « Жгучая крапива родится, да в щах пригодится». Почему так говорят в народе? Объясните.( *Богата витаминами А,С, К).* Какие блюда можно приготовить, используя крапиву ? (*Зелёный борщ, салат, пирог)*

*Команде №2.* Весной организм человека истощается, ему не хватает витаминов. Чай из каких лекарственных растений нашего края восполнит силы?( *Шиповник, мята, зверобой, мать – и* *мачеха, ромашка, ежевика* )

*Команде № 3.* Салат из этого растения богат витаминами. Отвар его листьев снимает усталость.Настои из корня этого растения применяют при лечении желудка, кожной сыпи. Из этого растения даже варят варенье.(*Одуванчик)*

**РАУНД 2***.* СЕКТОР ***«Задачки Пилюлькина» ( найди ошибку и её объясни)***

*Команде №1. 1)*« Незнайкабыл приглашён в гости к Синеглазке. Белочке, Заиньке, Стрекозе. Посреди комнаты стоял стол, весь уставленный разными вазочками, мисочками, тарелочками с разными вареньями, печеньями, пирожками.У Незнайки даже глаза разбежались, когда он увидел такое угощение. 2)видеоматериал из мультфильма « Малыш и Карлсон», « Карлсон вернулся» А. Линдгрен ( о варенье и плюшках)

*Команде№2. 1)* « Незнайка быстро сел за стол и начал набивать рот пирожками, пастилой, вареньем.Малышки почти ничего не ели, потому, что им очень хотелось ещё спросить Незнайку про воздушный шар.Наконец, Стрекоза спросила: - Скажите, пожалуйста, кто это придумал лететь на воздушном шаре? – Это я, - ответил Незнайкаи продолжал набивать рот пирожками» 2) видео материал из мультфильма « Трое из Простоквашино» ( о молоке)

*Команде №3.* 1) « Пончик танцевал с Кубышкой. У них был разговор. – Вы любите конфеты? – спрашивал Пончик. – Очень, - отвечала Кубышка. –А вы? – Я тоже. Но больше всего я люблю пирожные. – А я больше всего на свете люблю мороженое. 2) видеоматериал из мультфильма « Приключения Незнайки и его друзей» (в зоопарке)

***Задание всем командам*** *:* изобразите в знаках основные правила питания.

**РАУНД 3**. СЕКТОР ***« Фотоглаз от Винтика и Шпунтика»(*** *определи по описанию)*

*Команде №1.* На берегу Чёрного моря растёт это дикое растение. Его плоды – вкусные кисло – сладкие ягоды, продолговатые, блестящие, тёмно – красного цвета, с косточкой. Из этих ягод делают прекрасное варенье, джем. В народе их считают лечебными при простуде и желудочных заболеваниях. *( Кизил)*

*Команде №2.* Это растение – вьющаяся лиана. Ягоды этого растения бывают разной формы и цвета.Это зависит от сорта. Могут быть круглые и тёмные, могут быть крупные и белые, продолговатые, бело – жёлтозелёные, с косточками и без. Эти ягоды на треть состоят из сахара, в них есть витамины С, В₁,В₂, кислоты и минеральные вещества.Свежие ягоды лечат болезни почек. Из них выжимают сок, сушат.( *Виноград)*

*Команде №3.* Это дерево растёт на побережье Северного Кавказа. Плоды этого дерева оранжевого цвета. Богаты железом. Витамином С, каротином*.( Хурма)*

**РАУНД 4***.* СЕКТОР *«* ***Заморочки от Знайки****» (разгадай ребус)*

*Команде №1.*

(вода)

*Команде №2. ’*

(морковь)

*Команде №3.*

АЙ

(айва)

Что объединяет все эти продукты?

**РАУНД 5**. СЕКТОР ***«Меню для Сахарина Сахариныча Сиропчика****»*

« В Цветочном городе жил Сахарин Сахариныч Сиропчик, который очень любил газированную воду с сиропом и не нравилось. Когда его просто называли Сиропчиком» Он решил, что хочет быть здоровым, но не знает как нужно для этого питаться.

ЗАДАНИЕ:составить меню для завтрака, обеда, полдника, ужина Сахарина Сахариныча Сиропчика. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ: *какими напитками вы предложите заменить газированную воду с сирапом?*

**РАУНД 6**. СЕКТОР *«Чёрный ящик Авоськи и Небоськи»*

*Команде №1*.» сиропчик и Пончик трудились.Они катали этот фрукт, но он не хотел катиться туда. Куда нужно,а катился туда, куда не нужно. Каждый знает, что форма у него не совсем такая, как у яблока, и если его толкать, то он будет кататься на одном месте по кругу.

( ГРУША) *Это интересно: на Руси грушу раньше называли овощем. Первое упоминание о ней относится к 16 веку.*

*Команде №2.* « В этом городе было многодеревьев, поэтому он назывался Зелёнымгородом.В каждом дворе был посажен огород, где росли репа, редиска,свёкла,морковка и другие разные овощи и ягоды*. (* *Правильно ли питались жители Зелёного города?) Внимание – вопрос. «* Тут Незнайка увидел чудо природы, которого ни разу в жизни не видел.Посреди улицы лежали огромные зелёные шары, большие, как дом.( Не забывайте . что это город маленьких человечков) - А что это за воздушные шары? – удивился Незнайка.Снежинка и Синеглазка засмеялись. – Это ………..- сказали они. – Мы добываем из них сладкий сок.Если сделать внизу ягоды дырочку, то из неё начнёт вытекатьсладкий сок.

(АРБУЗ*) Это интересно:первые арбузы появились в Африке, в Египте более чем4 тысячи лет назад.Об этом свидетельствуют древние египетские рисунки, на которых изображён этот сладкий плод.*

*Команде №3.* Эти плоды накапливают много крахмала, фруктозы, сахарозы. Они внутри оранжевого цвета, в них каротина больше. Чемв моркови.Из этих плодов делают посуду, музыкальные инструменты, а из воскового вида делают свечи, применяемые в медицине.

*(ТЫКВА) Это интересно: самый большой плод замечен у гигантской тыквы, он имеет вес 100кг, а объём - до 1метра.*

Мы тоже любим есть полезные и вкусные блюда, хотим поделиться с жителями цветочного и Зелёного городов своими рецептами блюд из тыквы.

Соки из неё мы давим, Кашу в чугуночке варим. Манты лепим всей семьёй и коктейль взбиваем. Ароматна и вкусна , Всем и каждому нужна.

*Команда №1. « Манты из тыквы» (татарское блюдо)*

*Команда №2. « Тыква – лакомка» (запечёная тыква в сахаре)*

*Команда №3. «Коктейль « Тыковка» (тыквенный сок с мороженым)* Эти блюда мы отослали на конкурс семейных фотографий в рамках « Разговора о правильном питании»

**РАУНД 7**. СЕКТОР***«Конкурс капитанов от Пончика» - «Скатерть- самобранка****»*

Приготовление и художественное оформление полезного бутерброда. Продукты: хлеб, сыр, яйца, огурец, помидор, зелень.

*Команда№1.Бутерброд «Мышка»*

*Команда №2. Бутерброд «Крокодильчик»*

*Команда №3. Бутерброд « Кораблик»*

Одновременно команды выполняют задание на карточках: «Нарисуйте, как кашу сделать вкусной»

***Музыкальная пауза*** ***от Гусли*** *:№1 - « Песенка поварят» ( слова и музыка Патриной Т. А, учителя ДШИ с. Агой)*

*1к.* Всё пекут ребята с нашего двора Пекари – умельцы, чудо – мастера

*Припев*

Раз, два – ну - ка, три, четыре – пробуй, Облизнись, улыбнись – всё у нас готово.

*2к.* Мы печём печенье – 25 сортов, Торт с названьем « Сказка» в пять минут готов!

*Припев*

*3к.* Досыта накормим всех своих друзей, Приходи с улыбкой в гости поскорей

*№2 - танец «Поварята»( худ. руководитель - хореограф ДШИ с. Агой …………………..), №3 - русская народная песня «Блины»*

**РАУНД 8**.СЕКТОР **« Тюбик - повар»:** нарисуйте

*Команде №1*. Из чего варят кашу?

*Команде №2.* Из чего варят компот?

*Команде №3.* Из чего варят борщ? *Это интересно: самый распространённый овощ на Земле – лук. Ему свыше 9 миллиардов лет.*

**РАУНД 9**. СЕКТОР ***« Энциклопедия Ворчуна: чудо - деревья»****( домашнее задание)*

*Команде №1.* Бывает ли конфетное дерево?

Конфетное дерево растёт в Индии, Японии, Китае, завезено на Северный Кавказ и вКрым*.*Подсушенные на солнце плоды конфетного дерева, такие же вкусные и сладкие, как настоящие конфеты.

*Команде №2.* Бывает ли молочное дерево?

Молочное дерево растёт в Бразилии.И ещё оно называется там « корова». Чтобы подоить его надо подрезать кору, и тотчас в подставленную кружку потечёт белая струйка.И по вкусу этот древесный сок очень напоминает молоко.

*Команде №3.* Бывает ли хлебное дерево?

В Индии, Индрнезии и на тропических островах растёт хлебное дерево. Конечно, на нём не растут батоны, не булочки, небаранки, а круглые тяжёлые плоды. Килограммов по 30 каждый. Из их мякоти местные жители пекут в золе лепёшки, похожие по вкусу на настоящий хлеб.

**РАУНД 10.** СЕКТОР ***«Тест от Сенеглазки»*** (Выполняют команды одновременно)

1. А) Можно ли обойтись без завтрака в школе? да, нет

Б) Какие продукты лучше взять из дома в школу:

а) чипсы; б) сок; в) банан; г) сухарики; д) шоколад; е) яблоко.

2.Выбери продукты, которые лучше отнести коротышкам в больницу:

а)орехи; б) мёд; в) копчёная рыба; г) молоко; д) газирован. вода; е) пирожные.

3. В каких продуктах содержится больше витаминов и минеральных веществ:

а)чернослив; б) печенье; в) творог; г) зефир; д) леденцы; е) морковь; ё)рыба; ж)мясо; з) пепсикола.

4. Нравится ли вам изучать курс « Разговор о правильном питании»? да, нет

5.Открыли ли вы для себя что –то новое при изучении тем? да, нет

6. Какая тема больше всего запомнилась?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7.Хотел бы ты в следующем году продолжить изучение правильного питания?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Итог игры.*** Наша игра подошла к концу.Знатоки держались стойко, достойно, давали правильные ответы и успешно справились с заданиями.Жюри подводит итоги , и мы узнаем победителей сегодняшней интеллектуальной игры «Как? Зачем» Почему?» . Слово предоставляется жюри. Награждаются победители.

Карта игрового поля.

1 2 ψ- музыкальная пауза

ψ 3

10

ψ

9 4

8 5

ψ 7 6 Список литературы.

1. Н. Н.Носов «*Приключения Незнайки и его друзей*», Москва:« Русский язык», 1991.

2. *Детская энциклопедия «Я познаю мир. Растения*», Москва :«АСТ», 1995.

3.*Энциклопедия « Знаете ли Вы?»,*Москва: «Ключ – С», 1995.

4. *Энциклопедия для любознательных « Детское справочное бюро «Почемучка»»,* Москва: « АСТ», 2000.

5.Н. Бондарева «*Ланч с Сосискиным»( детские рецепты в картинках*), Москва: «Карапуз», 1996.

6.С.М.Бременер *« Витамины в домашнем питании*», Москва: «Пищевая промышленность», 1974.

7.*Журнал «Читаем, учимся, играем*», №7. 2005.

8.Творческие работы детей.