**Сценарий праздника «Мы за чаем не скучаем»**

Антропова Наталья Николаевна, учитель начальных классов, МАОУСОШ№2 УИИЯ , г.Ноябрьска, ЯНАО

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 2 с углубленным изучением иностранных языков» муниципального образования город Ноябрьск.

Конкурс - Лучший сценарий праздника.

Статистические данные свидетельствуют о том, что около 90% выпускников школы имеют, как минимум, одно заболевание функционального характера, и только 10% детей, окончивших школу - здоровые дети. Вполне естественно, что все родители хотят, чтобы их ребенок попал в число тех счастливчиков, которым удалось покинуть стены учебного заведения абсолютно здоровым.

В школе составлена программа по ЗОЖ, в которой так же имеется раздел «Мероприятия». В нем расписаны мероприятия, которые проводит классный руководитель не только с обучающимися класса, но и их родителями.

На праздниках и классных часах раскрываются вопросы здоровья детей, их взаимоотношения с классным коллективом и родителями.

**Литература:**

1. Алоева М.А. Классные часы в начальных классах / Под редакцией Г.Н. Сибирцевой. Феникс, 2004.
2. Бесова М.А. Шутки, игры, песни соберут нас вместе. Сценарии школьных праздников в начальной школе. 2004.
3. Большакова А. И вкусно, и полезно. Газета «Ай, болит!» № 12, 2006.
4. Лагунова Н.Н. 10 чайных запретов. Газета «Ай, болит!» № 12, 2006.
5. Школьник Ю.А. Полная энциклопедия. Растения. 2004.
6. Щепеткова И. Благородный напиток. Газета «Ай, болит!» № 12, 2006.
7. Интернет ресурсы

**Сценарий праздника**

**«Мы за чаем не скучаем», 4 «В» класс.**

Цель мероприятия: показать ученикам, что и в 21 веке можно не только приятно общаться за чашкой чая, но можно организовать праздник.

Задачи:

-узнать историю возникновения чая;

- показать целебные свойства чая;

-научить правилам заваривания чая;

-рассказать о правилах сбора чая;

-какая посуда нужна для заваривания чая;

-научить ребят встречать гостей.

**Структура классного часа.**

1. Приглашение гостей за стол.

2. Слово ведущих об истории русского чая.

3.Рассказы детей о правилах заварки, сборе чая.

4.Выставка посуды для чая.

5. Сбор поговорок о чае из отдельных слов.

6.Чаепитие.

Зал оформляется красочными плакатами с высказываниями писателей, ученых, поговорками о чае и пользе чаепития.

**ХОД ПРАЗДНИКА.**

**Ведущий:** Дорогие друзья!

Завтра, 15 декабря праздник - Международный День Чая, который отмечается с 2005 года.

Интересно, что из себя представляет чай?

Вряд ли есть среди нас человек, который никогда не пил чай. Чай пьют во всех частях света. **Для чего мы пьём чай и всегда ли это полезно?**

**Ученик I. Откуда и когда к нам пришёл чай?**

Родина чая- Китай. Легенд о том, как появился чай на наших столах много, вот одна из них.

Однажды, 5 тысяч лет назад, китайский император, отдыхая в лесу, приказал согреть воду для питья. Неожиданно поднялся ветер, и в чашку попало несколько чайных листьев. Император выпил напиток и почувствовал себя бодрее. Так зародился обычай пить чай.  
 ***Чай*** – китайское слово. Оно появилось там, где русские люди торговали с китайцами северных провинций; они называют *Ча-е,* «ча», что значит «молодой листочек». отсюда и наше слово *чай.*  
 Сначала Китай был единственным производителем чая, и секрет его тщательно оберегался. Тем не менее, одному англичанину удалось не только похитить семена чая, узнать тайну его сложной обработки, но и распространить его. Сегодня более 40 стран мира выращивают чайное дерево.

В России первое чаепитие состоялось 300 лет назад. Один из монгольских ханов привёз в подарок царю Михаилу Фёдоровичу пакеты с чаем. Чай понравился. Сначала им пользовались как лекарством. Долгое время чай пили только по большим праздникам, так как в России его не выращивали, а ввозили его из-за границы торговыми караванами. Он стоил очень дорого

В 1814 г. В Никитинском ботаническом саду был выращен первый в России опытный чайный куст.   
**Ученик II. Виды чая и способы их приготовления**  
 **1.** При покупке чая, ориентируются на страну, в которой изготовлен чай, полагая, что каждому региону соответствует какой-то особый вид чайного куста. Однако все сорта чая дает один-единственный ботанический вид. Всё дело в качестве собранного сырья и особенностях фабричной обработки.

Все многообразие чаев делится на 4 основных типа: черный, зеленый, красный и желтый. Тип определяется различным видом обработки, что влияет на химический состав и, главное, на вкусовые и ароматические свойства каждого типа чая.

Сбор сортового листа производят с конца апреля или начала мая до октября. Чайные листочки собирают рано утром и вечером, т.к. чай не любит солнечные лучи и теряет свои свойства. У чайного куста собирают верхушечные части молодых побегов, так называемые флеши.

Чай почти наполовину состоит из растворимых в воде веществ. Из них самые важные составные части чая - дубильные вещества.

Существует два направления сбора чайного листа: машинный и ручной. Качество получаемых чайных флешей при разных видах сбора различно.

Чайные листики не переносят грязных рук, запахов, поэтому собирают их женщины, т.к. у них нежные руки. Чай будет лучше и вкусней, если он будет помнить тепло и нежность прикосновения их рук.

Основными этапами обработки чайных листьев являются:

- завяливание;

- скручивание листьев;

- ферментация;

- сушка:

- сортировка;

- расфасовка готовой продукции.

**Ученик *3. Привечай зелёный чай***.

В нашей семье больше предпочитают зелёный чай. Я решил узнать об его пользе.

Особой пользой и целительной энергией обладает зелёный чай. Среди растений зелёный чай не знает конкуренции по содержанию витамина Р, который усиливает действие витамина С. Самого витамина С в зелёном чае больше в несколько раз, чем в апельсинах и лимонах. Зелёный чай не рекомендуют смешивать с лимоном, молоком, сахаром, добавками трав. Доказано, что он нейтрализует вредное воздействие излучения от телевизора и компьютера.

Исследования подтвердили то, что зеленый чай защищает от раковых заболеваний, обладает успокаивающими и восстановительными качествами. Для расслабления заваривают легкий некрепкий чай. Крепкий зеленый чай - это природный энергетик. Зеленый чай снижает холестерин в организме человека, он предотвращает заболевание диабетом. Зеленый чай - средство для похудения, а так же он способен замедлять возрастные изменения в головном мозге, предупреждая ухудшение памяти и развитие слабоумия. Зеленый чай рекомендуют при расстройствах желудка, тошноте . Выводят им и глистов. А примочки из зеленого чая помогают при ожогах.

На Востоке говорят: «Чем зеленее чай, тем крепче здоровье!».

Вода для чая не должна иметь никаких запахов, поэтому водопроводную воду **необходимо выдерживать нескольких часов в открытом сосуде**, с тем, чтобы запах хлора улетучился. **ключевая, родниковая вода** считается наилучшей для заваривания чая. На втором месте - **мягкая вода быстрых речек,** а также вода **проточных ледниковых озер**.

**Но для того чтобы целебные свойства зеленого чая возымели действие, его нужно уметь правильно заваривать.**

Говорят, что, попробовав раз правильно заваренный зеленый чай, от черного обычно вскоре отказываются.

**Ученик 4. Какие болезни лечит чай?**

С древнейших времён чай признаётся целебным напитком. Чаепитие очищает кровь, регулирует работу печени и селезёнки, снижает сонливость и вялость, оживляет мышцы тела. Если регулярно пить чай, то становишься благодушным и миролюбивым. В чае присутствуют чуть ли не все витамины.  
 А вот болезни, которые мы лечим при помощи чая.

***1. Очищение крови***

Чай улучшает состав крови, увеличивает в ней количество красных телец. Он также активизирует деятельность печени и селезёнки, обогащая через них кровь витаминами. Кроме того, он очищает кровь от вредных веществ.  
***2.Сохранение зубов***

Чтобы сохранить зубы здоровыми, спасти их от кариеса, мы каждый день прополаскиваем рот чаем. Содержащиеся в нем вещества убивают рост бактерий в зубном налёте, а также уменьшает выработку кислоты, которая отрицательно действует на эмаль.

При чем, эффективен не только зелёный чай, но и черный.  
 В чае много полезного для зубов фтора, а в сочетании с молоком – ещё и кальция, укрепляющего зубы. По мнению стоматологов, чай способствует укреплению зубов.

***3. Борется с ангиной***

Если вы не поленитесь и возьмёте за правило несколько раз в неделю полоскать крепким чаем горло, то очистите свои миндалины от налёта и микробов, тем самым избавитесь и от хронической ангины.

***4. Спасает кости***  
  
 Женщины, выпивающие хотя бы одну чашку чая в день, имеют гораздо прочные кости, чем те, кто совсем не пьёт чай.

5. А так же:

* Чай используется в борьбе со страшной болезнью, как рак кожи и лёгких.
* Промывание глаз вчерашним чаем помогает уменьшить неприятные ощущения при проявлении в белках кровеносных сосудов и после слёз
* . При солнечных ожогах компрессы из крепкого чая снимают боль и воспаление кожи.

Лесной чай из лесных ягод и трав: шиповника, земляники, малины, ежевики, костяники, липы и зверобоя очень полезен для здоровья, если его выпивать в день не менее литра – то у вас будет работать хорошо желудок, «вымываться» из организма шлаки.

**Ученик V. Что нужно помнить при употреблении чая**  
Для того чтобы чай стал полезным, нужно помнить следующие правила:

* Не пить чай на пустой желудок. Когда пьешь его на пустой желудок, холодная природа чая, может охладить желудок, что подобно «проникновению волка в дом».
* Не пить обжигающий чай. Слишком горячий напиток сильно раздражает горло, желудок. Длительное употребление очень горячего чая может привести к болезненным изменениям этих органов. Температура чая не должна превышать 56 градусов.
* Не пить слишком крепкий чай. Высокое содержание кофеина может стать причиной головной боли и бессонницы.
* Не заваривать многократно. Обычно после третьей заварки в чайных листьях уже мало что остаётся.
* Не пить чай перед едой. Это ведёт к разжижению слюны, пища начинает казаться безвкусной. Следовательно, пейте чай за 20-30 минут до еды.
* Не пить чай сразу после еды. Это приводит к замедлению пищеварения и нарушает работу всех органов пищеварения. Лучше пить чай через 20-30 минут после еды.
* Не запивать чаем лекарства. Лекарства дают осадок и плохо усваиваются.
* Не пить вчерашний чай. Чай, постоявший сутки, не только теряет витамины, но и также становится вредным.

***Ведущий***

***Секреты заваривания чая.***

В выборе и заваривании чая имеет смысл каждая деталь. На слайде вы видите 2 способа заваривания чая. В приложении я предлагаю еще несколько способов заварки чая.

- до заваривания пустой фарфоровый чайник должен быть хорошо согрет, для этого надо ополоснуть чайник 3- 4 раза кипятком и слегка обсушить над огнем;

- когда фарфоровый чайник согрет, заливают водой (60-70 **`С).**

- сначала заливают воду только до половины;

- заварной чайник накрыть льняным полотенцем и настаивать не более 10 минут (3-5 минут - бодрящий, 5-10 минут - успокаивающий чай). По окончании заваривания необходимо обратить внимание на появление пены. Если пена есть, значит, чай заварен правильно.

- после всего этого чай можно разливать по чашкам, чай надо сразу готовить нужной концентрации и разливать из заварочного чайника в чашки без дополнительного разбавления кипятком. Чай следует употреблять в течение четверти часа после заваривания

Существуют несколько национальных способов приготовления чая:

Китайский способ, японский способ, тибетский способ, английский способ, индийский способ.

**Ученик 6. *Посуда для чая.***

Пить чай по-русски, значит пить из самовара. Самовары появились в России в 1679 г. Самовар очень красив, является украшением стола и предметом, вокруг которого собираются и общаются люди. Он хорошо держит тепло, и вода в нем долго не остывает. Что бы чай сохранил прекрасный аромат и свои целебные свойства, заваривают *чай в фарфоровом чайнике. В глиняных, стеклянных чайниках могут оставаться микробы.*

Все учащиеся исполняют песню.

Песня «Наш красавец самовар» (сл. М. Пляцковского, муз. Е.Птичкина)

Посидеть за самоваром

Рады все наверняка.

Ярким солнечным пожаром

У него горят бока.

Самовар поет-гудит,

Только с виду он сердит.

К потолку пускает пар

Наш красавец самовар!

Самовар пыхтит, искрится -

Щедрый, круглый, золотой.

Озаряет наши лица

Он своею добротой.

Лучше доктора любого

Лечит скуку и тоску

Чашку вкусного, крутого,

Самоварного чайку

Ведущий: Дорогие друзья! Вот и заварился наш чай. « Хорош чаек!» - говорят русские люди. Давайте же и мы приступим к чаепитию.

**Приятного Вам чаепития!**

Столы сервируются в русском стиле (самовары, чайная посуда, угощения, вазы для цветов).

**Поговорки.**

1. Чай пить- приятно жить.

2. Выпей чайку - позабудешь тоску.

3. С чая лиха не бывает.

4. Устал – пей чай, жарко – пей чай, хочешь согреться – пей чай.

5. Если чай не пьешь, где силы берешь?

6. Пей чай, не вдавайся в печаль.

**Литература:**

1. Алоева М.А. Классные часы в начальных классах / Под редакцией Г.Н. Сибирцевой. Феникс, 2004.
2. Бесова М.А. Шутки, игры, песни соберут нас вместе. Сценарии школьных праздников в начальной школе. 2004.
3. Большакова А. И вкусно, и полезно. Газета «Ай, болит!» № 12, 2006.
4. Лагунова Н.Н. 10 чайных запретов. Газета «Ай, болит!» № 12, 2006.
5. Школьник Ю.А. Полная энциклопедия. Растения. 2004.
6. Щепеткова И. Благородный напиток. Газета «Ай, болит!» № 12, 2006.
7. Интернет ресурсы