

Внеклассное занятие



«Правильно питаться – здоровья набираться?»

КАРТА

ТЕМЫ

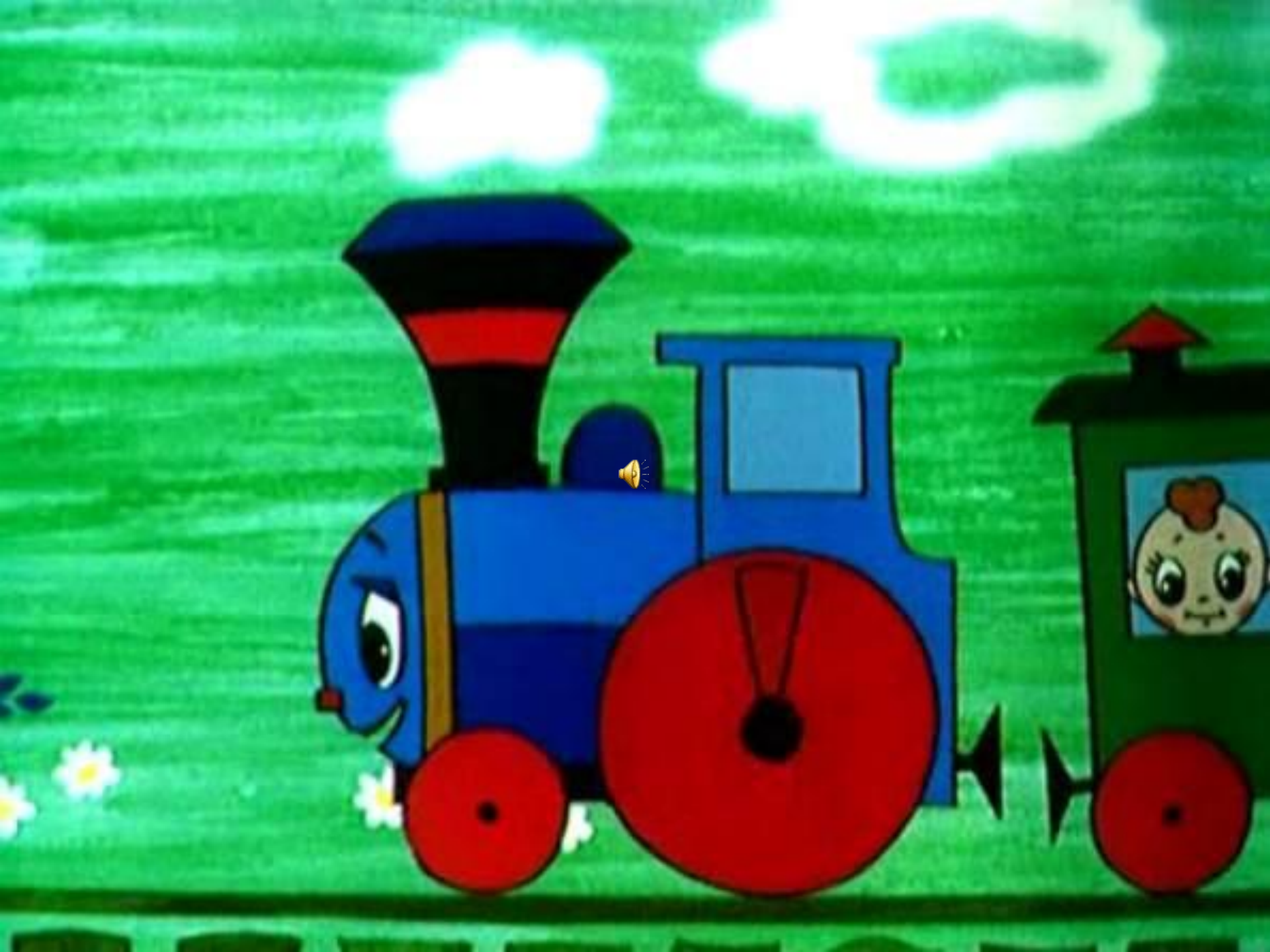


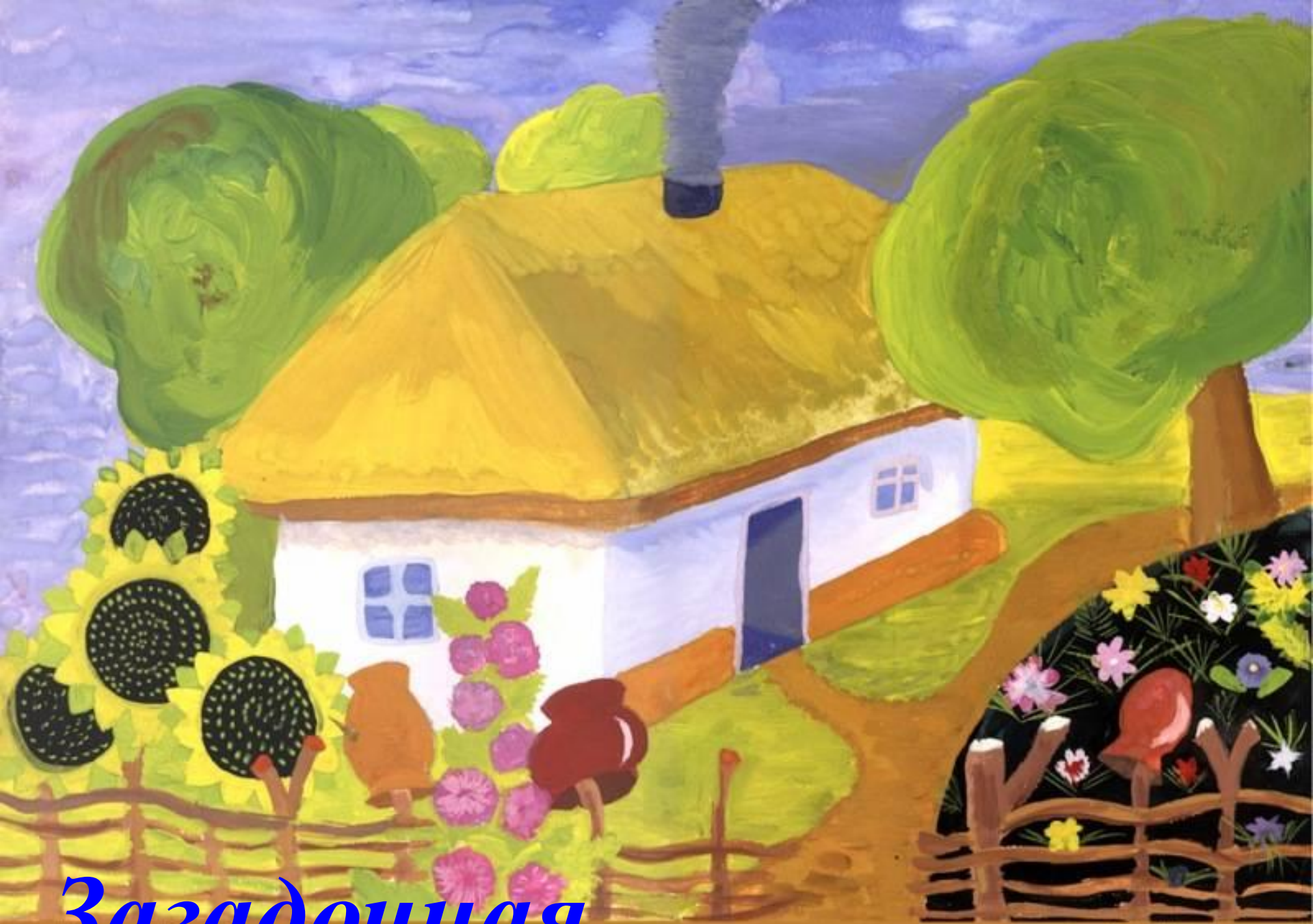
Деревня
Загадочная





YAPLAKAL.COM





Загадочная

Министерство культуры Российской Федерации

www.lukoshko.net

Уродилась я на славу
Голова белая, кудрявая
Кто любит щи,
Меня в них ищи.



**За кудрявый хохолок
Лису из норки поволоок.
На ощупь очень гладкая,
На вкус – как сахар
сладкая.**



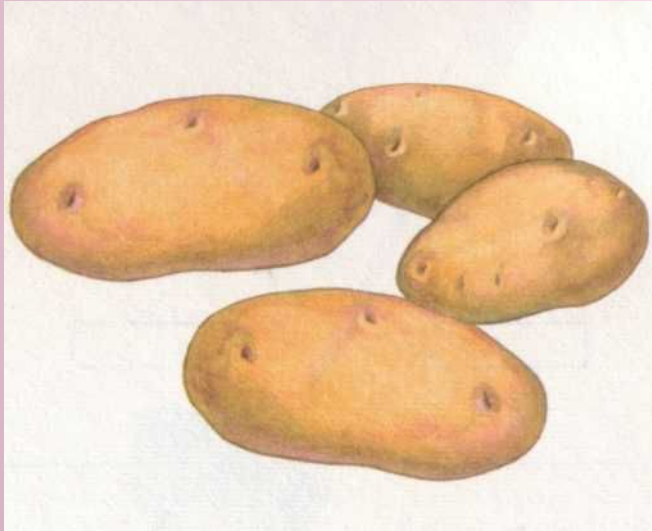
**Скинули с Егорушки
Золотые перышки –
Заставил Егорушка
Плакать и без горюшка.**



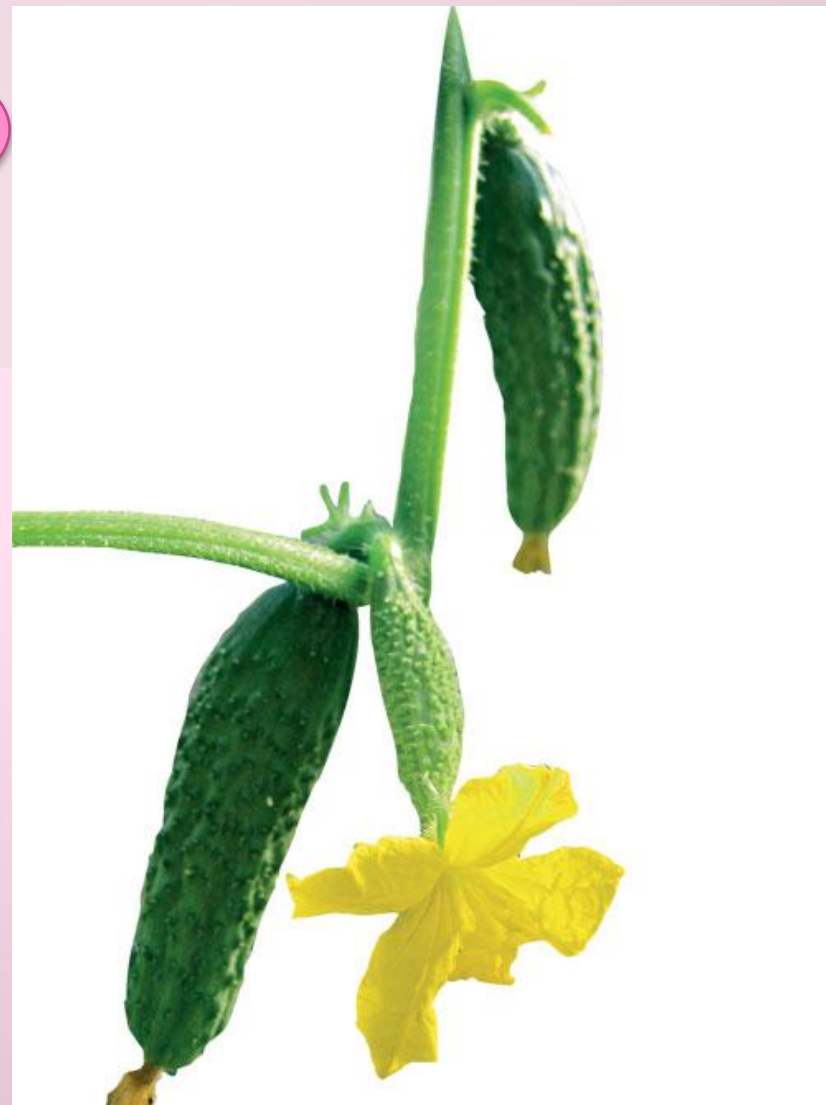
**Круглое, румяное,
Я расту на ветке;
Любят меня взрослые
И маленькие детки.**



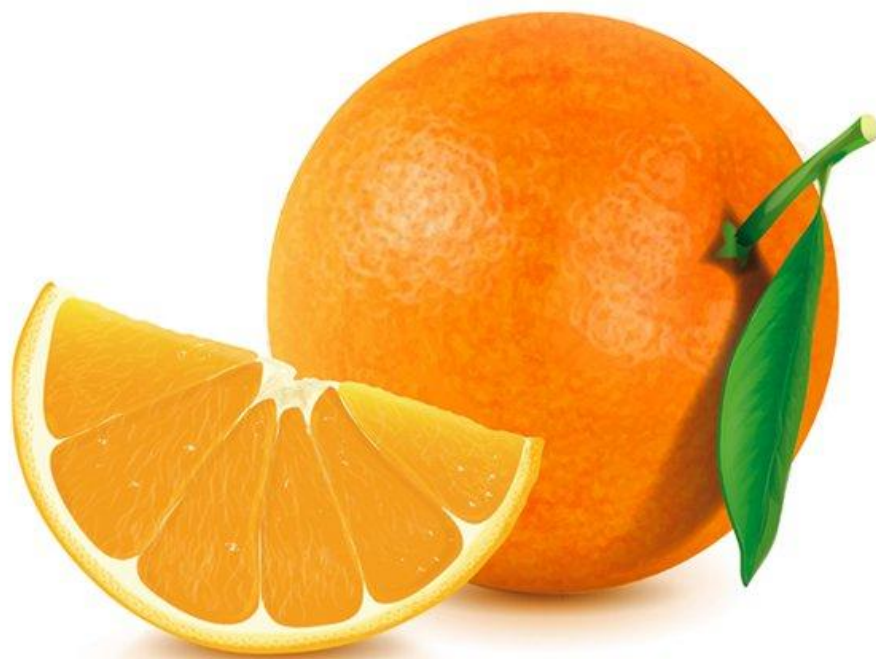
**Что копали из земли,
Жарили, варили,
Что в золе мы испекли,
Ели да хвалили?**



Летом — в огороде,
Свежие, зеленые,
А зимою — в бочке,
Крепкие, соленые.



**Он сочен и душист,
А снаружи золотист.
Много долек в нём, друзья,
Будем кушать все - и я.**



**Голова на ножке,
В голове горошки.**

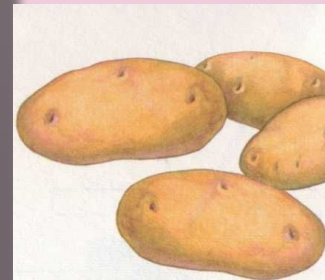
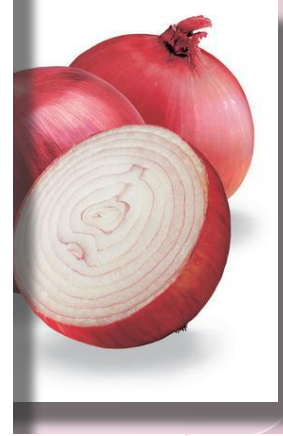
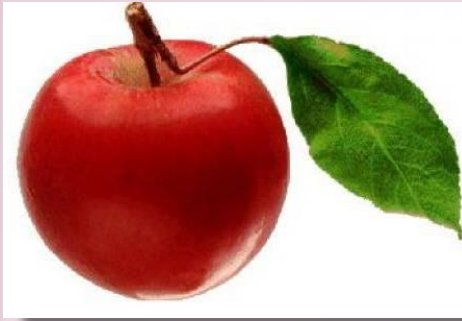


Он почти как апельсин,
С толстой кожей, сочный,
Недостаток лишь один -
Кислый очень, очень.



**Этот вкусный жёлтый плод
К нам из Африки плывет,
Обезьянам в зоопарке
Пищу круглый год даёт.**

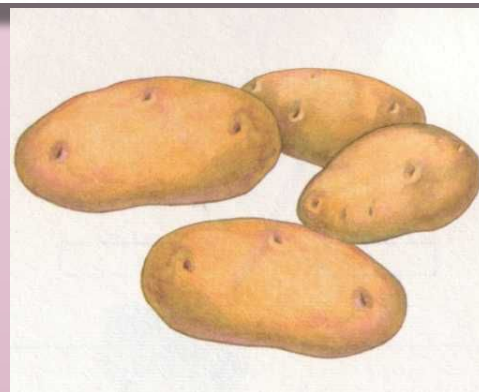




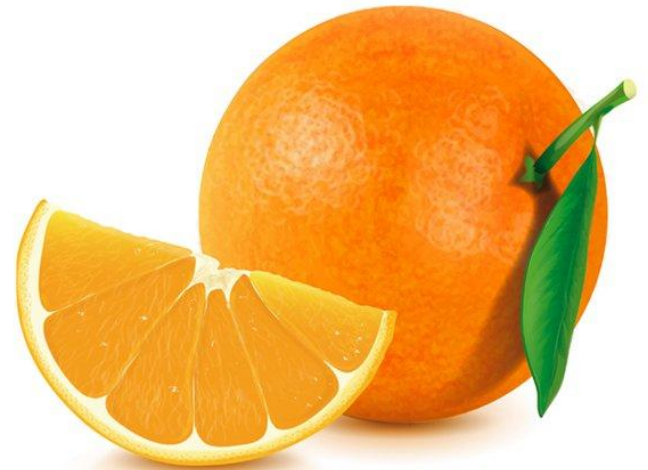
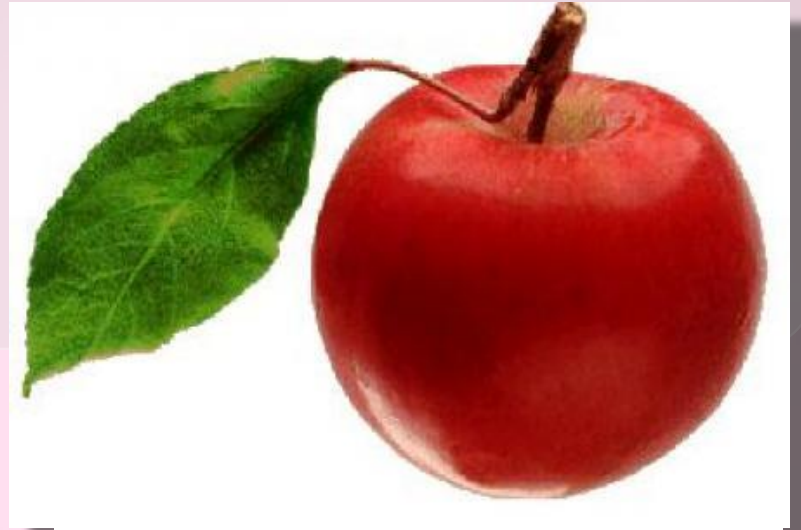
**На какие две группы
можно разделить эти
плоды?**



ОВОЩИ



ФРУКТЫ



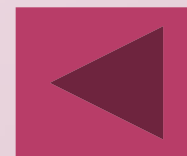
«Корзина полезных продуктов»



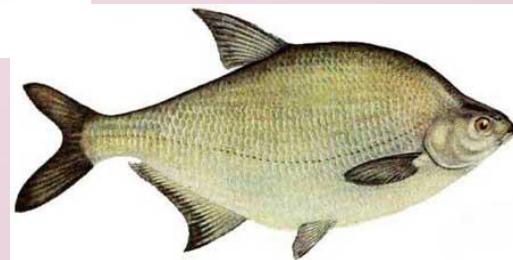
1. Корзина полезных продуктов



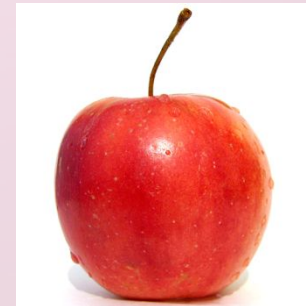
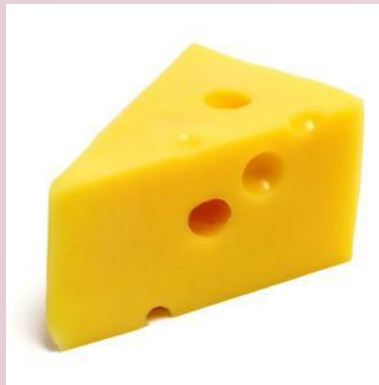
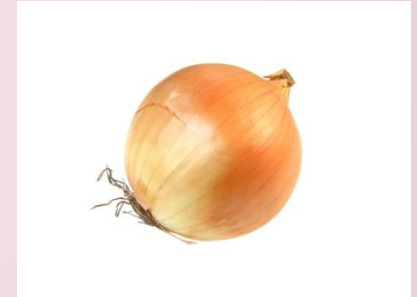
2. Корзина полезных продуктов



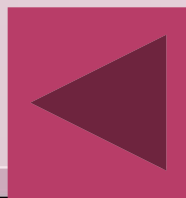
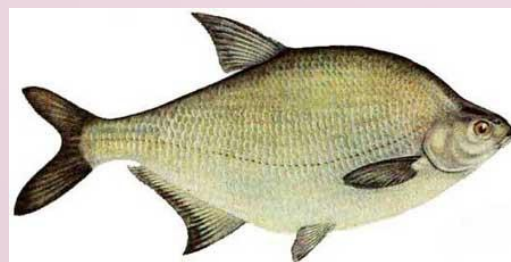
3. Корзина полезных продуктов



4. Корзина полезных продуктов

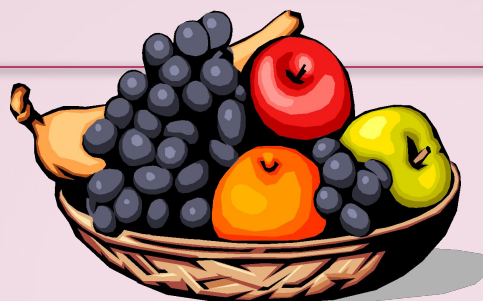


5. Корзина полезных продуктов

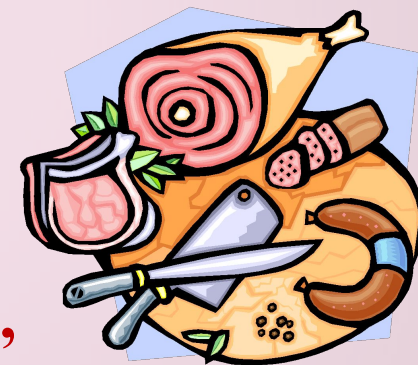


Полезные и вредные продукты:

Надо кушать помидоры,
Фрукты, овощи, лимоны,
Кашу – утром, суп – в обед,
А на ужин – винегрет.



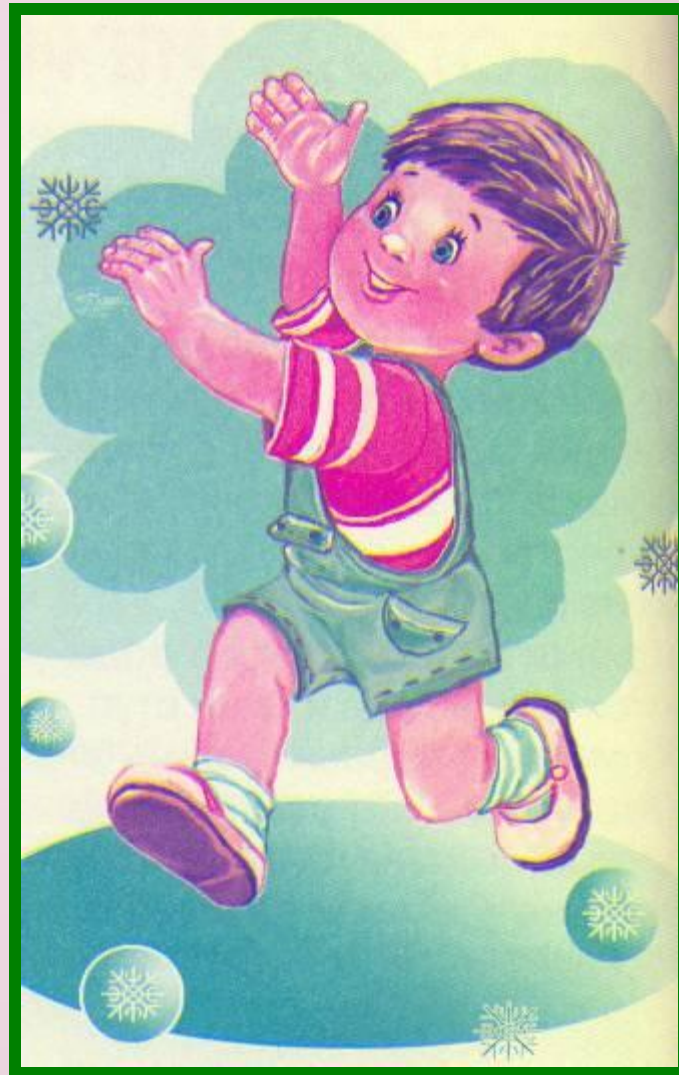
Ну, а если свой обед
Ты начнешь с кулька конфет,
Жвачкой импортной закусишь,
Шоколадом подсластишь,



То тогда наверняка
Ваши спутники всегда -
Близорукость, бледный вид
И неважный аппетит.



Неправильное питание



Правильное питание





Остров пословиц



Какое питание можно считать здоровым?

1

- Разнообразное.
- Богатое овощами и фруктами.
- Регулярное.
- Без спешки.

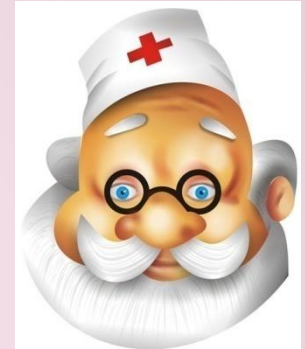


2

- Однообразное.
- Богатое сладостями.
- В любое время суток.
- Второпях.

"Золотые правила питания!"

- Главное - не переедайте.
- Ешьте в одно и то же время свежеприготовленную, разнообразную пищу.
- На завтрак всегда ешьте кашу.
- Тщательно пережёвывайте пищу, не спешите глотать.





Игровая долина



Игра

«Угадай сказку»»



«Колобок»

«Репка»



«Гуси – лебеди»



«Маша и медведь»

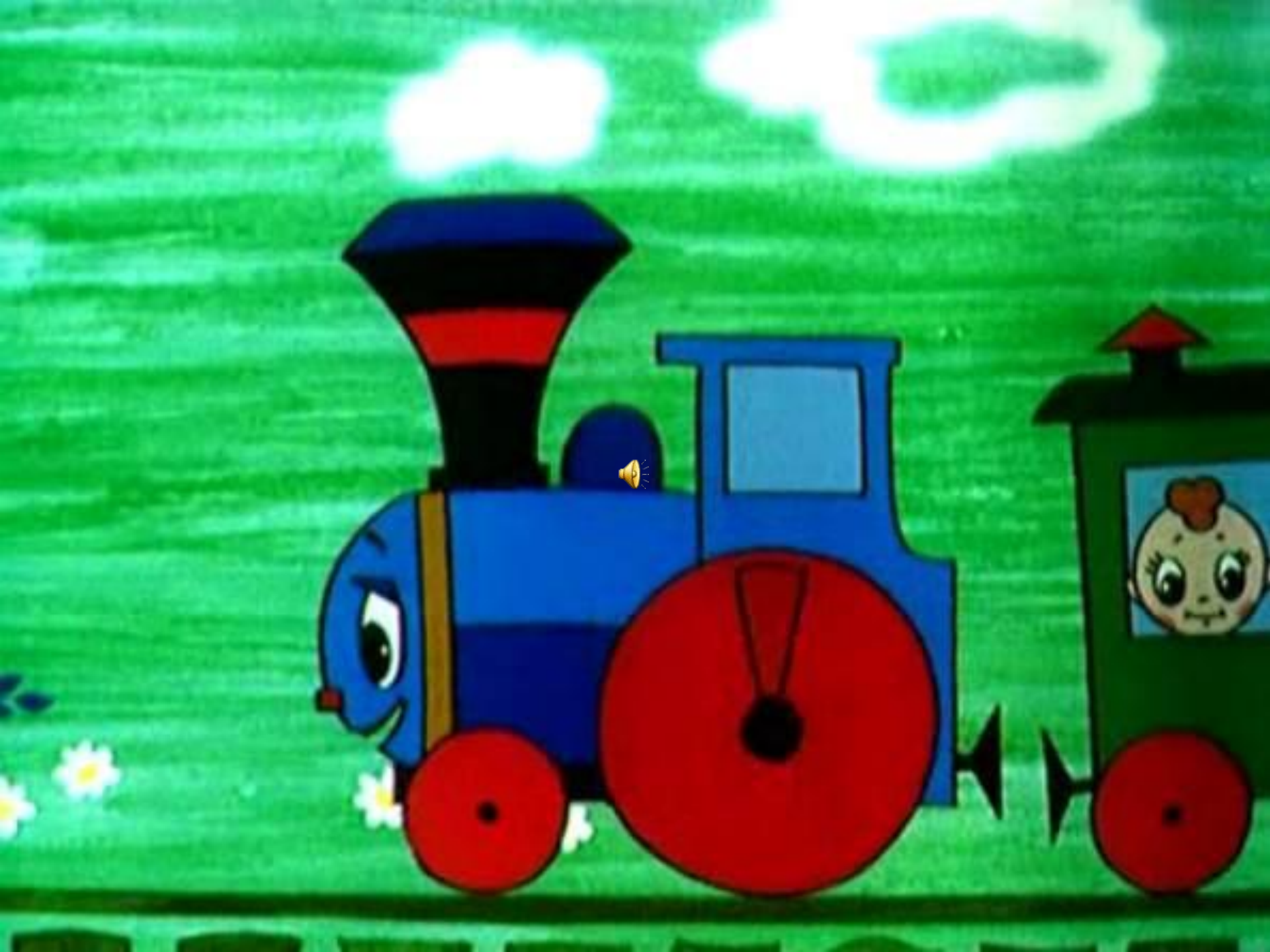


«Каша из топора»





YAPLAKAL.COM









1.



2.



Назови растение



3.



Назови растение



4.



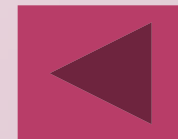
Назови растение

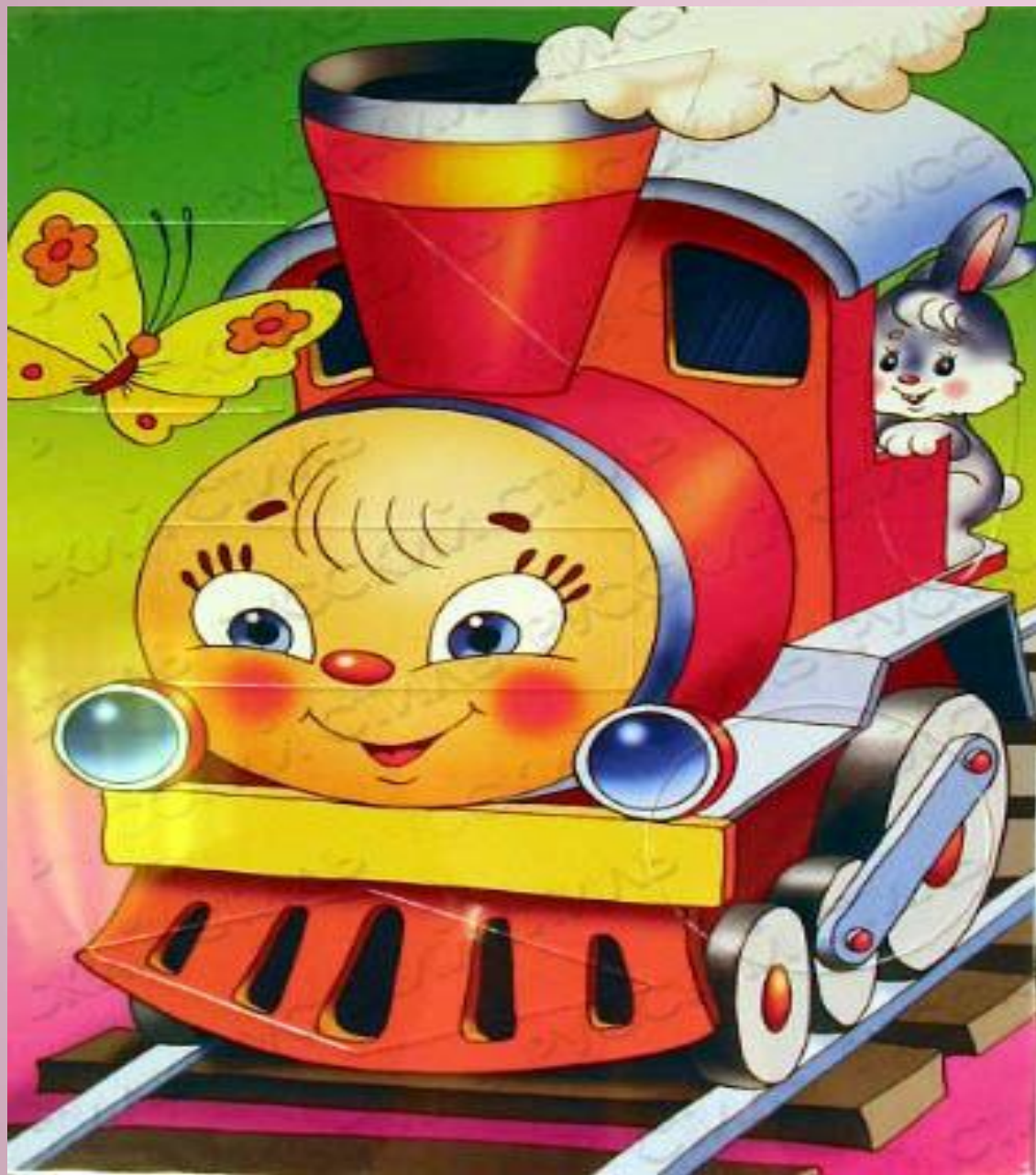


5.



Назови растение





Дают человеку энергию



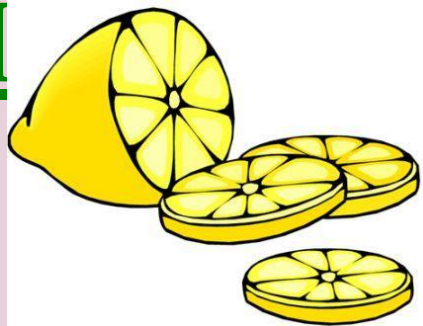
МЁД



Помогают сделать организм сильным



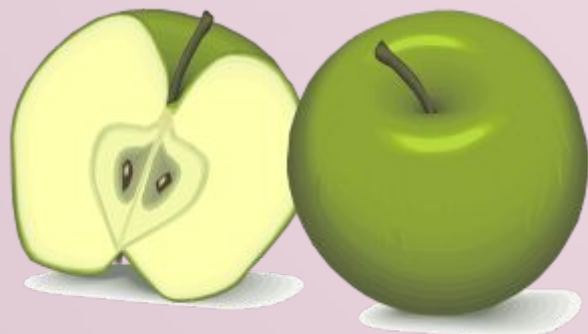
П



т организ



Витамины



"Золотые правила питания!"

- Главное - не переедайте.
- Ешьте в одно и то же время свежеприготовленную, разнообразную пищу.
- На завтрак всегда ешьте кашу.
- Тщательно пережёвывайте пищу, не спешите глотать.

