

Занятие по программе «Разговор о правильном питании»

**Учитель начальных классов
МКОУ «СОШ №2» г. Кирова Калужской области
Борисова Л.Г.**

The background is a solid green color with a gradient from light green at the top to a darker green at the bottom. Scattered throughout the background are numerous white silhouettes of butterflies in various sizes and orientations, some appearing to fly across the frame.

***Прозвенел звонок,
начинается урок.***

***В школу мы пришли
учиться:***

Будем думать, рассуждать

И друг другу помогать.

Девиз:

**Правильное питание -
залог здоровья.**

Робин Бобин Барабек
Скушал сорок человек,
И корову, и быка,
И кривого мясника...



Правильное питание

Что ? Полезные продукты

Сколько? Есть в меру

Когда и как часто?.....

Учёные- люди, много
знающие в области ..какой-
нибудь науки,
исследующие, изучающие
предметы, явления, свойства...

Лаборатория- помещение,
где исследуют, делают опыты

| Что | | мы едим | | на перемене | |
|------------|---|----------------|----|--------------------|---|
| сок | 3 | булочка | 12 | шоколад | 5 |
| конфета | 5 | яблоко | 1 | банан | 1 |
| печенье | 3 | чипсы | 1 | сухарики | 1 |
| Сделай | | правильный | | выбор ! | |

Памятка для учащихся «Режим питания»

Завтрак дома

7.00-7.30



Горячий завтрак в школе

9.45-

10.00



Обед в школе



13.00-13.30

Выводы :

**Мы должны стараться соблюдать
правила гигиены, этикета, есть в
меру полезные продукты**

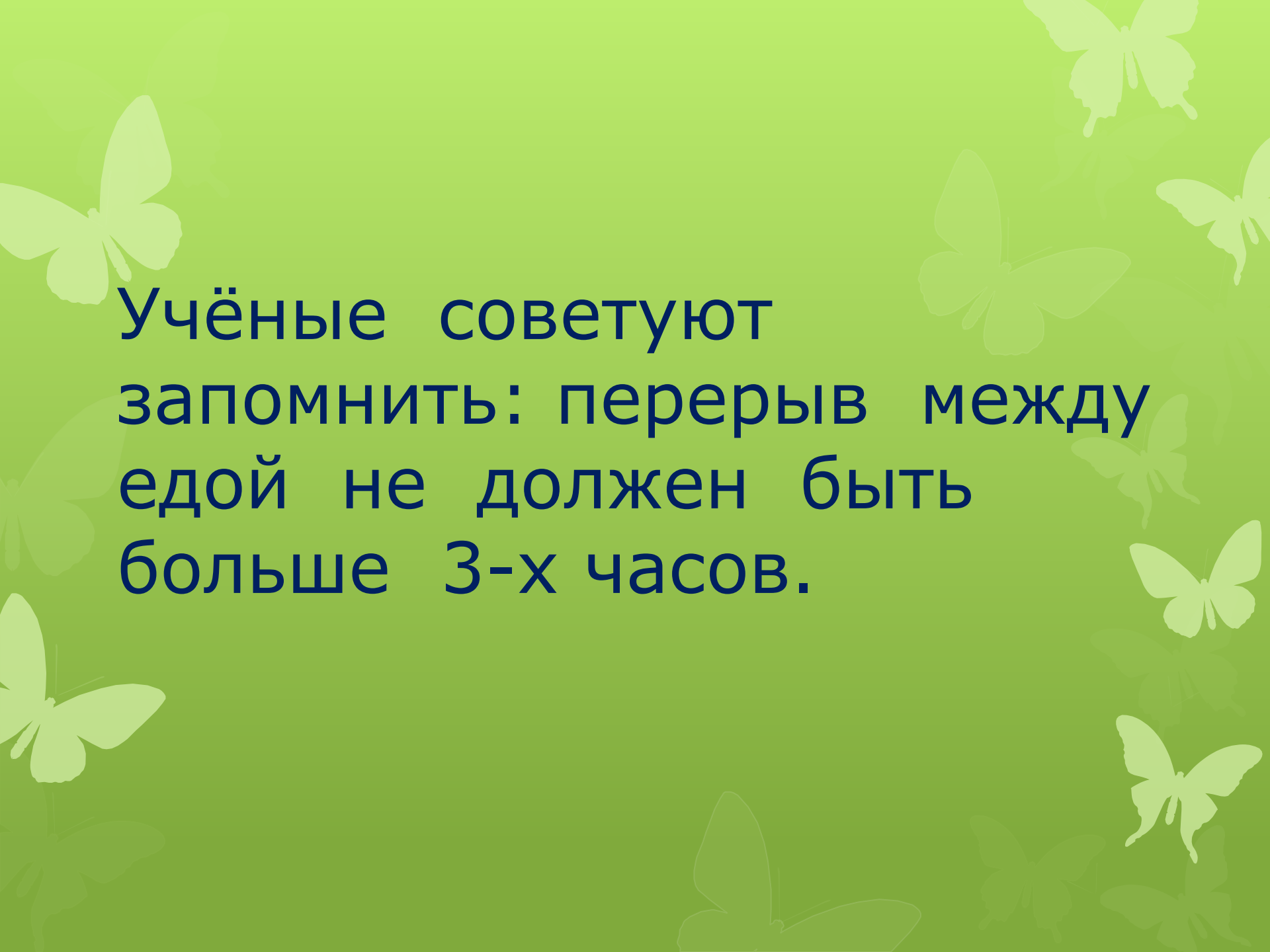


Хомка, хомка, хомячок!
Хомка - рыженький бочок.
Как поел - почистил зубки.
Делай так два раза в сутки.
Предпочти конфетам фрукты,
Очень важные продукты.
И тогда улыбки свет
Сохранишь на много лет!

Тема:

Удивительное
превращение
пирожка





Учёные советуют
запомнить: перерыв между
едой не должен быть
больше 3-х часов.

Решите задачу : Мы
завтракали дома в 7.00, в
школе – в 10.00, обедали в
13.00.

Во сколько у нас будет
полдник? Ужин?

7- 10 - 13 - ? - ?

Типовой режим питания школьников

| | |
|-------------------------|--------------------|
| Завтрак дома- | 7.30-8.00 |
| Завтрак в школе- | 11.00-11.30 |
| Обед дома- | 14.00-14.30 |
| Полдник- | 16.30-17.30 |
| Ужин- | 19.00-19.30 |

Оцени себя сам




Надо постараться



Хорошо работал



Было легко и интересно



Я - сегодня молодец!
Всё сумею, всё смогу
И здоровье сберегу!