

Окружающий мир- 2 класс

Отгадайте загадки:



1.Сидит она на грядке

В земляной кроватке,

На ней сотня одежек

И все без застёжек,

Зелёная да русенькая,

Утром на ней бусинки.

к а п у с т а





2. Кругла, а не месяц,
Желта, а не масло,
С хвостом, а не мышь.

р е п а



--	--	--	--	--

**3. На островок налетел ураган,
На пальме остался последний...**

б

а

н

а

н





**4. Как слива, темна,
Как репа, кругла.
На грядке силу копила,
К хозяйке в борщ угодила.**

с	в	ё	к	л	а
---	---	---	---	---	---





**5. Скинули с Егорушки
Золотые пёрышки-
Заставил Егорушка
Плакать и без горюшка.**

л у к



--	--	--	--	--	--	--

6. Лежит на грядке зелёный
здоровячок, а имя ему...

к	а	б	а	ч	о	к
---	---	---	---	---	---	---





**7. Заморский гость сидит на кустике,
С зелёным чубчиком на голове.
Одет он в серую кольчугу-
Плотно колечки прижаты друг к
другу.**

а

н

а

н

а

с



--	--	--	--

8. Снаружи коричневый, ворсистый.
Внутри зелёный, сладко- кислый.



К	И	В	И
---	---	---	---

--	--	--	--	--	--

9. Круглое, румяное

С дерева достану я,

На тарелку положу:

«Кушай, мамочка», - скажу.

я

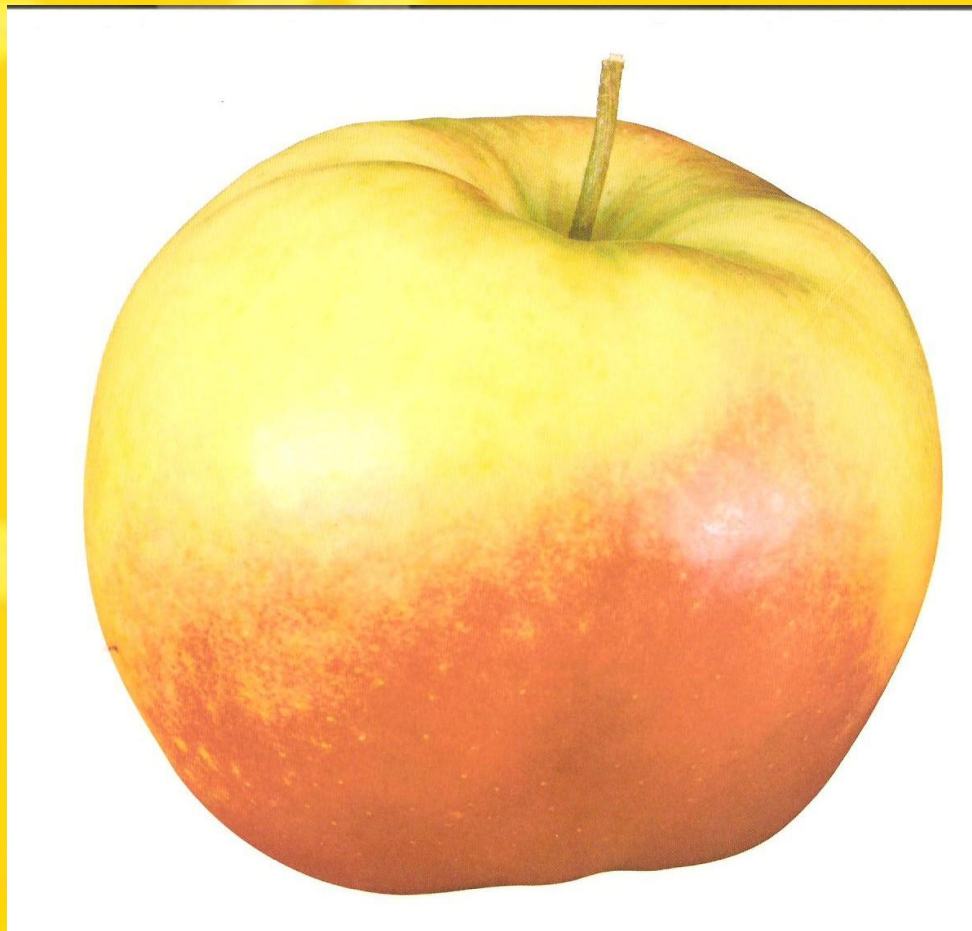
б

л

о

к

о

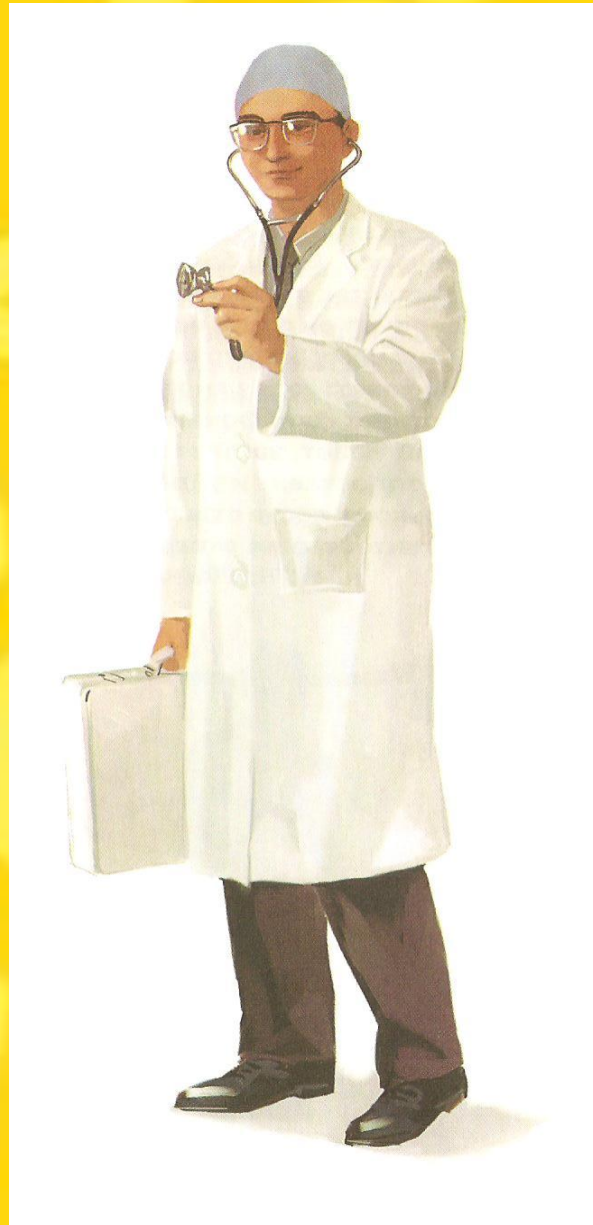


**«Овощи и фрукты-
полезные продукты».**



**«Овощи- кладовая здо-
ровья».**





Пословицы:

1. Хорошего понемножку, сладкого не до сыта.
2. Сладок мёд, да не по две ложки в рот.
3. Гречневая каша- матушка наша, хлебец ржаной- отец наш родной.
4. Если много съешь- то и мёд горьким покажется.
5. Наелся, как бык, не знаю, как быть.
6. Когда я ем, я глух и нем.

Тема урока:

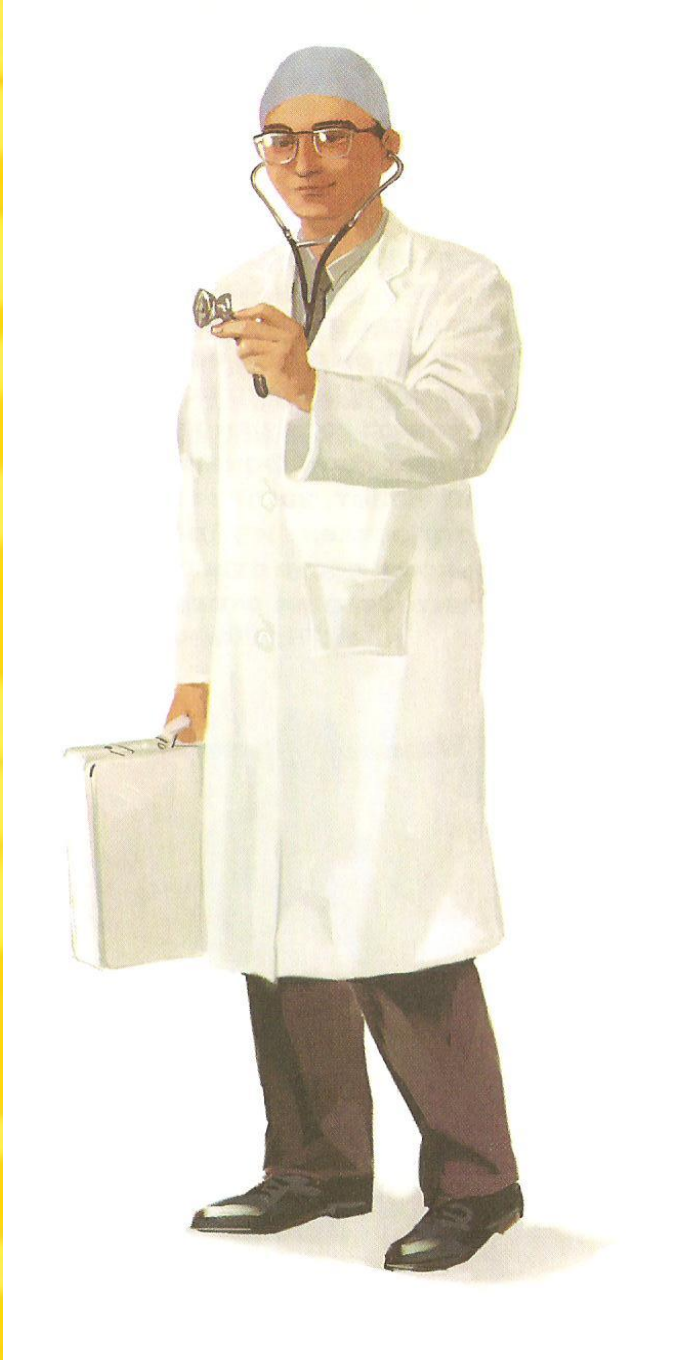
"Правильное питание".

Знать:

- 1. Что такое правильное питание?**
- 2. Правила питания.**

Уметь:

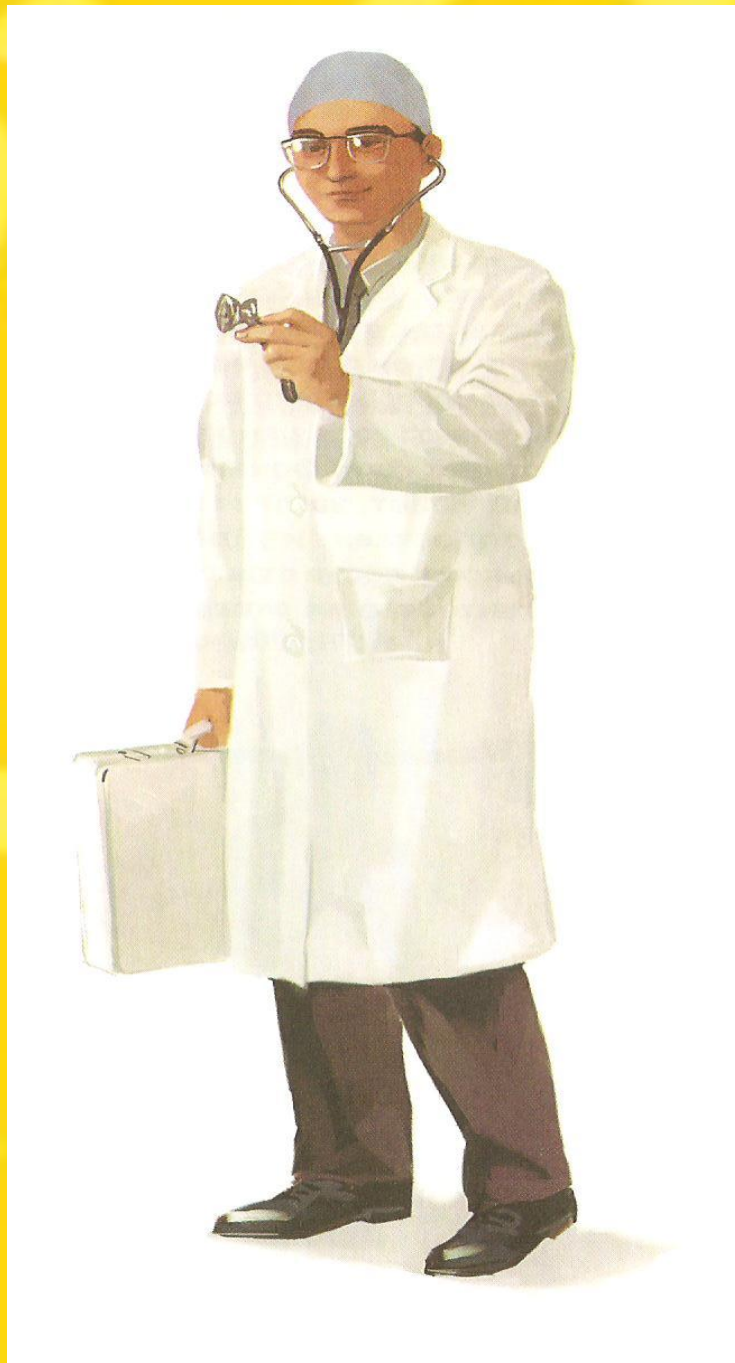
- 1. Выбирать полезные продукты.**



Витамин

Слово «витамин» придумал американский учёный Казимир Функ. Он открыл, что вещество («амин»), содержащееся в оболочке рисового зерна, необходимо для жизни. Соединив латинское слово вита (жизнь) с «амин», получилось слово «витамин». Детям 6- 7 лет надо съедать в день 500- 600 грамм овощей и фруктов.

**«Завтрак съешь сам,
обед раздели с другом,
ужин отдай врагу».**



Физкультминутка:

Я с горы на лыжах еду,
Мишка кубарем летит.
Прибежали мы к обеду
И пришёл к нам Аппетит.
Вместе с ним за стол мы сели,
С Аппетитом всё мы съели.
Приходи к нам, Аппетит!
Наша мама говорит,
Что хороший Аппетит
Никому не повредит.

**Аппетит-
желание есть.**

Неполезные продукты:

Чипсы

Кириешки

Кола

Фанта

Торты

Шоколад

«Золотые правила питания».

- 1.Перед едой всегда тщательно мойте руки.**
- 2.Главное – не переедайте.**
- 3.Ешьте в одно и то же время простую, свежеприготовленную пищу, которая легко усваивается и соответствует потребностям организма.**
- 4.Тщательно пережёвывайте пищу, не спешите глотать.**
- 5.Не разговаривайте и не читайте во время еды.**
- 6.Перед приёмом пищи сделайте 5-6 дыхательных упражнений, мысленно поблагодарив тех, кто принял участие в создании продуктов из которых приготовлена пища.**
- 7.Никогда не забывайте о правилах культурного поведения за столом.**

Домашнее задание(по выбору).

- 1. Подобрать пословицы и поговорки о правильном питании, здоровой пище.**
- 2. Составить меню на день для своей семьи.**
- 3. Подготовить сообщение на тему «Правильное питание».**