КЗО «Дніпропетровський навчально- реабілітаційний центр № 1»

**Виховний захід**

на тему :

« Корисна їжа »

 Підготувала :

 Вчитель-дефектолог

 Яріз В.М.

Дніпро 2022

***Мета:*** вчити учнів розрізняти та називати види харчових продуктів (молочні, мучні, солодощі); ознайомити з основними типами зернових рослин та продуктами, які з них виготовляються; розширити уявлення про різноманітність харчових продуктів та їхнє значення для здоров'я людини; вчити дітей правильно харчуватися, розвивати культурно-гігієнічні навички; виховувати шанобливе ставлення до хліба.

***Обладнання:*** підручник таблиця «Наша їжа», таблиця «Шкідлива їжа», малюнки овочів та фруктів, гербарії зернових рослин (овес, ячмінь, просо, кукурудза, жито, пшениця); фломастери зеленого, червоного, жовтого кольорів, ручка, аркуші з фрагментами ліній.
***Тип уроку:*** комбінований.

**Хід уроку**

**І. Організація класу до уроку.**
**ІІ. Мотивація навчальної діяльності**
***Оголошення теми і мети уроку***
**Учитель.** Діти, на сьогоднішньому уроці ми поговоримо про продукти харчування: овочі і фрукти, молочні й мучні вироби. Учитимемося вибирати корисну для здоров'я їжу, а також зіграємо у *гру «Кухарі».*



***Гра* «Кухарі»**

***Вчитель.*** Діти, ви поділені на команди. Вам потрібно обрати свого шеф-кухаря, який перевірятиме виконану роботу і буде звітувати. Треба швидко і правильно відповідати на запитання.
Для перемоги команді необхідно набрати найбільшу кількість медалей.
**ІІІ. Актуалізація опорних знань та вмінь учнів**
***Гра* «Що зайве?»**
Учитель демонструє групи предметів, або ілюстрацій із зображенням цих предметів. Учням потрібно визначити, що зайве та пояснити свій вибір.
1. Тарілка, ложка, зубна щітка, виделка, ніж. *(Зайва зубна щітка, бо все решта - кухонні прибори).*
2. Шафа, стіл, шпаківня, дзвіночок, парта. *(Зайвий дзвіночок, бо він виготовлений з металу, а інші предмети — з дерева.)*

***Бесіда-опитування***
1. Якими засобами гігієни ви користуєтеся щодня? *(Гребінець, мило, зубна щітка і зубна паста, рушник.)*
2. Яких правил особистої гігієни ви дотримуєтеся?
3. Поясніть прислів'я; «Чистота — запорука здоров'я».
4. Як гадаєте, чи залежить ваше здоров'я від харчування?
*(Відповіді учнів.)*

***Вчитель.*** Діти, ви любите смачно поїсти? *(Відповіді учнів.)* Яка страва у вашій родині найулюбленіша? *(Відповіді учнів.)* Хто її готує?
*(Відповіді учнів.)*
- Я помітила, що ви називаєте різноманітну їжу. Це дуже добре. А скільки разів на день ви їсте? *(Відповіді учнів.)*
**IV. Вивчення нового матеріалу**
***Розповідь учителя з використанням таблиці «Наша їжа»*** *(на таблиці зображені чотири групи їжі)*
***Учитель.*** Безумовно, їжа дуже корисна для нашого організму, адже дає енергію для життя, а ще — допомагає швидше рости і бути здоровими.
Є чотири групи їжі, яку ми вживаємо:
1. Хлібобулочні вироби і крупи (гречка, рис).
2. Овочі і фрукти.



3. Молоко і молочні продукти.
4. М'ясо, риба, бобові продукти (горох, квасоля), яйця.



***Вчитель.*** Зверніть увагу на таблицю «Шкідлива їжа». Які продукти не рекомендується вживати? *(Ковбаса, оселедець, чіпси, газована солодка вода.)*
Учитель демонструє таблицю із зображенням продуктів, уживання яких не рекомендується дітям у надмірній кількості.
Солені й копчені продукти не корисні для вашого організму. Так само солодощі — морозиво, цукерки, шоколад — треба їсти в обмеженій кількості. Адже вживання їх призводить до ожиріння, руйнуються зуби, починаються шлункові хвороби.


***Конкурс загадок***
*Умови:* за відгадану загадку учні отримують медаль. Малюнки-відгадки вчителька чіпляє на дошку.
Сам жовтенький,соковитий
Достигає серед літа.
Він у джемі, у варенні
І солодкий, і приємний. *(Абрикос.)*


Влітку у садочку
Зріє під листочком.
Восени, набравшись соку,
Стане враз червонобоким. *(Яблуко.)*


Запах, колір — все відмінне,
Посміхнешся неодмінно.
Як серединку кусати,
Скривить так, що й не впізнати. *(Лимон.)*


***Вчитель.***Фрукти та деякі овочі ми зазвичай їмо сирими й отримуємо всі необхідні вітаміни і поживні речовини.

***Висновок.*** У сирому вигляді корисно вживати: яблуко, чорну смородину, малину, грушу, редиску, ананас, часник, перець, помідор, абрикос, банан, сливу, цибулю, капусту, виноград, огірок — таким чином ми отримуємо більше поживних речовин і вітамінів.

**V. Підсумок уроку**
***Вчитель.*** Які продукти харчування корисні для нашого організму? *(Фрукти та овочі, молочні продукти, м'ясо, риба, яйця, бобові продукти.)*
Які продукти харчування треба вживати в якнайменшій кількості? *(Солодощі, солоні й копчені продукти.)*

**Список використаної літератури**

1. *Вознюк Л. В.* Тисяча загадок. —Тернопіль: Підручники і посібники, 2005.
2. *Гісь О.* Підручник «Планета міркувань»: Навч. посіб. з розвитку мислення для 1-го класу, 2004.
3. *Гісь О. М., Філяк І. В.* Програма навчального курсу з розвитку продуктивного мислення учнів 1—4-х класів загальноосвітніх навчальних закладів, 2009.
4. Програми для середньої загальноосвітньої школи. 1—4 класи. — К.: Початкова школа. 2007.
5. *Харитонова С. М. та ін.* До першого класу без проблем! Усе, що мають знати батьки майбутніх першокласників. —X.: Основа, 2010. — (Серія «Для турботливих батьків»).