г. Усть-Лабинск

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №36

г.Усть-Лабинска имени В. Г.Ободовского

муниципального образования Усть-Лабинский район

**Сценарий классного часа**

**«Мы – за здоровое питание!»**

**для учащихся 1-4 класса**

**Автор**: Жаркова Наталья Васильевна

**Место работы**: учитель начальных классов МБОУ СОШ № 36

им .В.Г.Ободовского

**Местонахождение**: г. Усть-Лабинск

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №36 г.Усть-Лабинска

муниципального образования Усть-Лабинский район, Ободовского , 153, а

2021 год

**«Мы – за здоровое питание»( слайд 1)**

**Цели:**

- продолжить просветительскую работу по правильному и здоровому питанию учащихся;

-познакомить учащихся с качественными продуктами кубанских производителей,

-познакомить детей с краевой целевой программой «Качество»;

-способствовать воспитанию в детях чувства гордости за кубанскую продукцию,

-приобщить детей к исследовательской деятельности продукции местных производителей,

-воспитывать гордость за качество товаров, изготовленных на Кубанской земле.

**Задача**:

-закрепить у детей знания о законах здорово питания.

**Оборудование**: продукты для дегустации, запись песни, плакат со словами, классмейты.

**Ход урока.**

***Учитель:*** (Раздаётся стук в дверь. Входят Ох и Ах.)

**Ох**. Здравствуйте, ребята. Нас зовут Ох и Ах.

Мы ходили на базар покупать себе товар.

**Ах**. Мы вас решили навестить

И очень вкусно угостить.

**Ох**. Выбрал чипсы я, дружок,

Повкусней, чем пирожок.

Цветом – будто апельсины.

Значит, есть там апельсины.

**Ученик.** Бедный Ох. Да ведь это же самый вредный продукт. В нём совсем нет витаминов. Зато содержатся вредные для здоровья красители и усилители вкуса.

**Учитель**. Чем ещё вы хотите нас угостить?

**Ах.** Отгадайте-ка загадку.

Круглое, румяное

Я расту на ветке.

Любят меня взрослые

И маленькие детки.

**Уч-ся**. Яблоко.

**Ах**. Выбирайте, какое из них вкуснее и полезнее. (Достаёт из корзины два яблока: импортное и кубанское)

**Ученик**. Такие яблоки не могут быть полезными (показывает импортное яблоко). Скорее всего это генетически изменённый продукт. Его долго везли и хранили, А сверху он покрыт воском и консервантами.

**Ученик**. Это яблоко мельче и блестит меньше, зато оно по-настоящему полезное. Выросло это яблоко в наших родных кубанских садах. Часто эти вкусные яблоки помогают найти червяки. Ведь они тоже любят качественные продукты.

**Ох**. Мне продавец посоветовал взять для вас, ребята, йогурт. Он утоляет жажду и голод. А ещё йогурт содержит кальций, который необходим для развития нашей костной системы. (Достаёт баночку из корзины.)

**Учитель**. Это всё хорошо, но почему баночка йогурта у тебя такая раздутая?

**Ох**. Мне просто повезло. Смотрите, на сколько больше йогурта мне положили!

**Учитель**. Совсем ты, Ох не понимаешь толк в продуктах. Ты собрался кормить ребят просроченным йогуртом.

**Ох**. А как вы догадались?

**Учитель**. Даже ребята это знают. Что вы думаете о качестве этого продукта?

(Ответы учеников)

Вы маленькие граждане большого государства. Наша малая родина – Кубань, чудесный благодатный край. Продукция Кубани отличается высоким качеством.

***Учитель:*** Ребята, как вы понимаете слова «качественный», «качество»?

***Ответы учеников****:* (качественное – значит лучшее, вкусное, отличается хорошими, полезными свойствами)

***Учитель***:

А как вы понимаете это четверостишье на доске?

*Гигиена и здоровье,*

*Спорт, закаливание, труд*

*И кубанские продукты*

*Рука об руку идут!*

***Ответы учеников****:* Чтобы быть здоровым необходимо не только спорт и закаливание, но и правильное питание.

***Учитель:***Ребята, а что такое *правильное питание*?

***Ответы учеников:*** Человек, который правильно питается, ест больше овощей и фруктов, ест полезные продукты без консервантов и добавок, питается разнообразно.

***Учитель***: А что означает «питается **разнообразно»?** (слайд 2)

***Ответы учеников****:* Одни продукты дают организму энергию, чтобы двигаться, хорошо думать, не уставать (мёд, гречка, геркулес, изюм, масло). Другие помогают строить организм и сделать его более сильным (творог, рыба, мясо, яйца, орехи). А третьи – фрукты, и овощи – содержат много витаминов и минеральных веществ, которые и помогают организму, расти и развиваться (ягоды, зелень, капуста, морковь, бананы). Но все продукты должны быть экологически чистыми и полезными.

***Учитель*:**

Сейчас вокруг подделок тьма,

Чтоб человек здоровым был

Программу “Качества” не зря

Нам департамент предложил.

Будь то кефир, вода иль чай,

На этикетку только глянь

Стоит знак “Качества Кубань” –

Без опасенья покупай!( слайд 3)

В Краснодарском крае по инициативе губернатора принята целевая программа “Качество”, задачами которой является контроль за качеством товаров и услуг.

В рамках программы “Качество” администрацией края разработан и осуществляется целый ряд мероприятий по защите потребительского рынка края и принято решение ввести в обращение индивидуальный защитный знак, который наносится на этикетку и упаковку продукции.

Право использовать этот знак имеют только участники краевой программы “Качество”, продукция которых прошла идентификацию.

Знак “Качество Кубань” служит гарантом качества продукции. Прежде чем нанести этот знак, продукция тщательно проверяется на соответствие нормам и требованиям качества. Подделать этот знак практически невозможно.

Товарам со знаком “Качество Кубань” вы можете смело доверять. Поэтому, приобретая товары со знаком “Качество Кубань”, вы делаете правильный выбор: отличное качество и безопасность продукции вам гарантированы.

***Учитель***: Ребята, сегодня наш урок я предлагаю провести в форме **урока - ярмарки «Качество и здоровое питание».** Все ученики заранее **разделены на** **группы**, каждой группе было предложено творческое задание: найти, изучить и представить в форме презентации продукцию разных заводов АПК Краснодарского края. (представление на 2 минуты) (слайд 4)

Наша Родина – Кубань – издавна славится своей продукцией. Ещё первые казаки, которые переселились на Кубань, стали развивать земледелие и разводить домашний скот. Эти и многие другие предприятия очень хорошо зарекомендовали себя на Кубанском рынке продуктов. Все они работают на отличном сырье и борются за высокое качество своего товара. Бренд **«Сделано на Кубани**» - синоним **качества.**

***Учитель:***Итак, начинаем нашу ярмарку Качества. Пять групп представляют свои исследования – презентацию (делают ученики).

Работа с административной картой Краснодарского края (показ по карте, приём «заселения»)

**1.Завод «Коровка из Кореновки»** (представляют дети)

Кореновский молочно-консервный комбинат образован 30 декабря 1952 года. Предприятие прошло сложный путь от небольшого цеха по производству сгущенного молока с использованием ручного труда до одного из крупнейших и самых современных предприятий отрасли в стране. Именно здесь делают знаменитую сгущенку, которую любит вся страна. Сегодня Кореновский комбинат остается крупнейшим предприятием района. Работает на предприятии более 900 человек. Ассортимент выпускаемой продукции – просто огромный. Это и кисломолочная продукция, и молочные консервы, и сливочное масло. Комбинат перерабатывает более 300 тонн молока в сутки и 100 тысяч тонн в год. Продукция комбината востребована не только в крае и России, но также экспортируется за рубеж, в частности, в Азербайджан, Абхазию и Казахстан.

В будущем «Коровка из Кореновки» будет делать ставку на новые технологии в производстве *цельномолочной продукции* – для этого построят новый цех. Появятся новые рабочие места. Натуральность и полезность для здоровья - отличительная особенность всех продуктов, производимых комбинатами компании! Наша продукция приготавливается исключительно из натурального сырья, которое предварительно проходит неоднократную проверку на качество. Цельное молоко коровье – для Вашего здоровья. Мы любим продукцию этого предприятия.

**2. Продукция мясокомбината «Тихорецкий»** (представляют дети)

Мясокомбинат «Тихорецкий» 80 лет на Российском рынке, его история складывалась из разных этапов развития производства. И во все времена продукция предприятия была на виду у покупателя. И сегодня уверенно держит марку ведущего предприятия кубанской экономики, лидера Южного Федерального округа, крупнейшего предприятия мясоперерабатывающей отрасли России. Мясокомбинат выпускаем около 300 наименований мясной продукции. Это мясо скота и птицы, консервы мясные и каши с мясом в ассортименте, паштеты, колбасные изделия, копчености, субпродукты, пищевые жиры, сухой бульон, полуфабрикаты: пельмени, вареники, пицца, блины; фарш, фрикадельки, биточки; хлеб и хлебобулочные изделия.

Главное достоинство продукции мясокомбината в том, что делается она из натурального, экологически безопасного отечественного и кубанского сырья. Крупный рогатый скот и свиней поставляют более 30 хозяйств Краснодарского края. Предприятие имеет и два собственных хозяйства, специализирующихся на выращивании скота. Система управления качеством мясокомбината «Тихорецкий» построена по международной системе безопасности пищевых продуктов, что является гарантией безопасности и доброкачественности готового продукта. Мясокомбинат награждён за высокое качество и использование натурального сырья в производстве. На сегодняшний день 25 Гран-при, 163 золотых, 61 - серебряная, 31 - бронзовая медаль, более 330 Дипломов. И ежегодно список наград пополняется… Мясокомбинату вручен Кубок МВА - "Платиновый лотос", олицетворяющий собой совершенство, устойчивое развитие и процветание. Мясокомбинату "Тихорецкий" присвоено Почетное звание "Лидер региональной экономики".

3**. Васюринский мясокомбинат** (представляют дети)

Васюринский мясоперерабатывающий комбинат выпускает более ста наименований изделий мясопродуктов. Васюринский мясоперерабатывающий комбинат строит два мега-комплекса для крупного рогатого скота на Кубани. Об этом рассказали сотрудники мясокомбината в ходе международной специализированной выставки "Пищевая индустрия".

Мясокомбинат "Васюринский" строит в Динском районе две мегафермы для содержания молочных коров. Как сообщает газета "Кубанские новости", первый камень, символизирующий начало строительства, был торжественно заложен в станице Пластуновской.

На каждой ферме сможет содержаться по 1800 буренок. Мясокомбинат "Васюринский" - один из самых активных участников нацпроекта "Развитие АПК".

4**. Презентация фирмы «Агрокомплекс»** (представляют дети)

ЗАО фирма «Агрокомплекс» находится в центральной части житницы России – Кубани. История создания ЗАО фирма «Агрокомплекс» отсчитывает срок с 1993 года, с объединения двух расположенных на окраине станицы Выселки предприятий – комбикормового завода АО «Комбикорм» и комплекса по откорму крупного рогатого скота АО «Восход». Сегодня в состав фирмы входит более 30-ти подразделений, в том числе 10 сельскохозяйственных предприятий, 10 птицеводческих фабрик, комбикормовый завод, мельничный комбинат, кондитерский цех, крупозавод, два маслозавода, два молокозавода, два мясокомбината. Предприятие имеет в своем составе автохозяйство с общим количеством автомашин – 900 единиц, машинотракторный парк фирмы насчитывает более 800 единиц техники. Подразделения фирмы расположены в Выселковском, Павловском, Кореновском, Усть-Лабинском, Славянском, Староминском районах Краснодарского края, в г.Краснодаре.

Продукция фирмы реализуется на территории Краснодарского края, Ростовской области, оптовая торговля осуществляется по всей России. Основа успеха – высокое качество продукции. В коллективе трудится свыше 9 тысяч человек. На сегодняшний день фирма «Агрокомплекс» стала одним из самых известных и успешных аграрных предприятий юга России.

**5.Презентация фирмы «Моя Станица» -** это уникальное предложение натурального мясо, молока, полуфабрикаты, хлеб, хлебобулочные изделия. Продукция произведена на собственном экологическом сырье, свежий продукт, короткие сроки годности, чистый продукт, без консервантов, постоянный контроль качества на всех этапах производства. Большой ассортимент и обновление продукции.

Закончили выступления наши группы.

Небольшая **рекламная пауза.** Девочки в кубанских костюмах исполняют частушки.

1.Ты играй, играй гармошка,

Гармошка кубанская.

Мы девчонки боевые

Из края Краснодарского.

2. А у нас поля степные

И сады куда ни глянь.

***Своим качеством товаров***

***Прославляем мы Кубань.***

3. Эх, сторонушка родная,

Дорогая сторона.

Здесь повсюду нас встречает

Хлеборобная земля!

4.Хлеборобов уважаем,

Хлебушек мы бережём.

***О Кубанском –значит лучшем,***

Песни звонкие поём!

5. Мы с весёлой песней дружим,

По- кубански говорим,

Хорошо живём не тужим-

Со сметаной хлеб едим.

6.На Кубани мы живём,

Песни звонкие поём.

***И качестве продуктов***

Не из **газет** мы узнаём!

**Учитель:** Последней нашей группе было предложено, став корреспондентом **газеты «Полезное питание»**, взять интервью у покупателей этих товаров. Послушаем их ответы.

**5.Интервью с покупателями продукции** кубанских производителей

**1 покупатель**: Наша семья с удовольствием покупает товары со знаком "Качество Кубань". Я считаю, что этим мы поддерживаем местных производителей. Они вкусные и полезные, не надо бояться за качество.

**2 покупатель**: «Коровка из Кореновки" - такая вкуснятина! Радует кубанцев широким ассортиментом продуктов, высочайшего качества.

Ешьте только живые продукты!

**3 покупатель**: Наша семья ежедневно покупает продукцию кубанских производителей. Это всегда вкусные и сытные изделия. Радует фирма "Калория" свежим молоком, сладостями...

**4 покупатель**: Мы берём продукты только двух заводов: «Моя станица» и Васюринского мясокомбината. Полезно, вкусно, качественно и вам советуем.

**5 покупатель:** Я и моя семья берёт только продукцию кубанских производителей, она вкусная, полезная из живых продуктов. Внуки очень любят творожок и йогурты, сын – сливки и масло, а я кефир.

**6.** **Анкетирование** (слайд 5)

Ребята класса разбились на 3 команды и провели анкетирование трёх параллельных классов.

1 вопрос: Нравится ли вам питаться в школьной столовой?

2 вопрос: Считаете ли вы питание в школьной столовой правильным?

Данные анкетирования занесли в таблицу.

**7.Работа экспертной группы. Изучение школьного меню** (слайд 6)

Ребята заинтересовались, чем кормят учеников в школьной столовой и они познакомились с ежедневным меню на сайте школы. Школьное меню анализировали за две недели.

И вот, что они выяснили:

* 1 раз в неделю – рыба
* 1 раз в неделю – говядина
* 1 раз в неделю - печень
* 1 раз в неделю – творожная запеканка
* 2 раза в неделю – кефир, кисель
* 2 раза в неделю – яблоки
* 2 раза в неделю – молочные каши
* 3 раза в неделю - салат из овощей

**8. Составление меню школьника** (слайд 7)

Ребята с помощью родителей, применяя свои знания, полученные при изучении школьного меню, составили меню своей семьи. Многие сделали видео для учеников класса, где подробно рассказали о меню своей семьи.

**9.Игра на классмейтах** (распредели продукты) (слайд 8)

**«Что разрушает здоровье, что укрепляет?»**

Выберите те продукты, которые укрепляют наш организм.

Полезные продукты Не очень полезные продукты

|  |  |
| --- | --- |
| Жирное мясо  Молоко  Фанта  Геркулес  Сливочное масло  Йогурт  Творог  Яблоки, груши и т.п. | Чипсы  Пепси  Кефир  Сметана  Торты  “Сникерс”  Шоколадные конфеты  Сало и т. п. |

**10.Работа в группах.** Практическое **задание.** (слайд 9)

**Изготовление газет по разным направлениям:**

**-** Правильное питание

- Меню школьника

- Меню моей семьи

(Дети ДОМА готовили материал к своим газетам)

**11.Викторина**

«Знатоки правильного питания»( слайд 11)

1.Что такое здоровое питание?

2. Какое питание называют сбалансированным?

3.Верно ли утверждение, что сбалансированное питание, это когда в правой руке чипсы и в левой руке чипсы?

4.Что такое правильное питание?

5. Что такое вредная пятёрка?

Какие продукты относятся к ней?

Победитель получает грамоту и колпак повара.

Все газеты были вывешены в школьную рекреацию, и был объявлен конкурс (слайд 12)

**12. Подведение итогов**. (слайд 13)

**Учитель:** - Ребята, вы побывали на нашей ярмарке «Здорового питания» и, наверное, можете сделать вывод о том, что такое здоровое питание. Зачем оно нужно человеку?

**Ответы учащихся**. Полные ответы учеников

**Учитель** - Какие продукты нужны для здорового питания?

**Ответы учащихся**. Полные ответы учеников.

***Учитель:*** Правильно, ребята. Здоровое питание обеспечивает рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствует укреплению здоровья и профилактике болезней.

Желание быть здоровым определяет высокий спрос на продукты питания с маркой "Произведено в Краснодарском крае". Причем с удовольствием покупают наш товар не только кубанцы, но и жители других регионов нашей великой страны. Современные технологии повышают качество вкусной продукции, сошедшей с конвейеров наших предприятий, и это делает её вне всякой конкуренции. «Кубанское – значит лучшее и качественное», «Кубанское - значит отличное!» Я предлагаю вам **дегустацию** продуктов заводов, которые сегодня были представлены на уроке - ярмарка «Качества». Звучит музыка песни.

Слова К. Обойщикова, музыка В. Кеворкова

Поедем в Атамань

Там, где море, как люлька, качается,

Где века, словно люди, встречаются,

И под небом синим – синим

Разливаются песни России.

Там мечтается, там влюбляется,

Все случается, все сбывается.

Мы поедем с тобой спозараночку

В Атамань, в Атамань, в Атаманочку!

Может, Лермонтов тоже нам встретится,

И помашет крылами нам мельница,

И подарит виноградник

Молодое вино нам на праздник.

Там расстелится самобраночка,

Будет чарочка и тараночка.

Мы поедем с тобой спозараночку

В Атамань, в Атамань, в Атаманочку!

Вспомним славу казачью былинную,

Запоем нашу песню старинную.

Скажем: «Любо». И под небом

Встретим гостя и солью, и хлебом.

***Все кубанское, все отличное,***

***Все родное мое, станичное.***

Так поедем с тобой спозараночку

В Атамань, в Атамань, в Атаманочку!

**Литература:**

1.Педагогический Вестник, 2019 год №1

2.Ивановская И.М. Разработка классного часа «Мы –за здоровое питание»,Краснодар 2020 год

Е.Д.Мойш Староминской район , Ролевая игра «Кубанское –значит отличное!» 2019

2. М.Р. Прохорова Разработка внеклассного мероприятия « Кубанские продукты на рынке края» г. Сочи 2019 г.

3. А.А. Симанкова « Я , ты и здоровое питание» разработка урока по кубановедению. г. Краснодар, 2019 год

4. Азбука здорового питания школьника: инструктивно-методическое пособие/ сост. Т.И. Жилина, Е.И. Прынь; под общей редакцией Т.И. Жилиной. – Краснодар: ГБОУ ИРО Краснодарского края. 2021. 108 с URL: <http://iro23.ru/?page_id=9847> Текст электронный.