**Сценарий внеклассное занятие**

**по окружающему миру**

**« Здоровое питание»**

**Автор : учитель начальных классов Куликова Раиса Валентиновна**

.Здравствуйте!

.Здравствуйте!

.Здравствуйте!  
. А что такое «Здравствуй»?  
**- ВСЕ**: Лучшее из слов  
Потому что «Здравствуй!» значит

**(все):** «Будь всегда здоров!»

**Песня-переделка**

Мы сегодня будем

О здоровом говорить питанье,

О своём здоровье

Надо думать с самых ранних лет.

Мы начинаем наш рассказ для чего? Для того,

Чтоб не осталось в стороне ничего, никого,

Пусть не решить нам всех проблем, не решить всех проблем,

Но быть здоровым нужно всем, нужно всем, важно всем!

**(Выходит Кристина)**

**Кристина**

Чтобы лучше заниматься,

Надо правильно питаться!

. Горячее питание

Нас побуждает к знаниям.

Я ем полезные продукты:

Суп, каши, овощи и фрукты.

На отлично я учусь,

В вихре танца я кружусь. **Танец**

**Выходит София**

Ну и мне нужна всегда

Лишь полезная еда.

Сухарики и чипсы я не ем совсем,

Обедать в столовой советую всем.

Хожу на гимнастику в секцию я.

Обруч и кольца теперь мне друзья.

**Выступление гимнастки**

Проблема актуальная –

**здоровое питание**! (хором)

Должны найти мы среди вас

 сегодня понимание! (хором)

.

Чтоб нам расти здоровыми и быстро развиваться,

.Нам нужно с юных лет

**всем правильно питаться! (хором**)

**ПЕСНЯ - ПЕРЕДЕЛКА**

**( выходят двое пап с чипсами)**

Если чипсы кушать будещь,

Поправляться сильно будешь.

Быть таким тебе ведь непростительно.

( **выходят девочки и мамы с фруктами, овощами, рыбой и морепродуктами**)

Кушай овощи и фрукты,

Рыбу и морепродукты-

Выглядеть ты будешь восхитительно!

( **выходят все с продуктами)**

Надо кушать суп и кашу,  
Пить кефир и простоквашу,

Кока колу пить вам непростительно!

Мясо кушай - там белок,

Не забудь про сыр, дружок!

Выглядеть ты будешь восхитительно!

Если завтрак пропустил,

Ты желудку навредил.

Быть таким тебе ведь непростительно!

Не забудешь про обед,

Избежишь ты много бед!  
Выглядеть ты будешь восхитительно!

Не забудь ещё про ужин –

Ужин тоже очень нужен,

Много есть на ужин непростительно!

**(выходят двое)**

Пол тарелочки салата

И немножечко шпината-

Выглядеть ты будешь восхитительно!

Наш совет запомни строго:  
Кушай чаще, понемногу!

С полным быть желудком - непростительно !

 Никогда не объедайся,

Полусытым оставайся-

Выглядеть ты будешь восхитительно !

Много мы советов дали,

Хочется, чтоб соблюдали,

Ведь не соблюдать их – непростительно .

Если правильно питаться,

И при этом закаляться,

Выглядеть ты будешь восхитительно !