**Час здоровья**

**Класс:** 2 «Б»

**Воспитатель:** Нысанбаева Э.С.

**Тема урока: Чипполино и полезная еда.**

**Цели:** привитие детям навыков здорового питания через знакомство и чтение произведений художественной детской литературы.

**Задачи:**

1. познакомить обучающихся с повестью-сказкой Джанни Родари «Приключения Чиполлино».

2. посредством знакомства обучающихся с русскими народными сказками и творчеством русских и зарубежных писателей и поэтов систематизировать и расширять знания об овощах, фруктах, витаминах, формировать у детей представление о полноценном питании, воспитывать потребность заботиться о своем здоровье.

**Ход занятия**

Добрый день и добрый час!

Очень рада видеть вас!

Мы занятие начинаем? *(ответ детей:«Да!»)*

Всем удачи пожелаем? *(ответ детей:«Да!»)*

Будем мы внимательные,

Будем мы старательные!

Ребята, вам передаёт привет один сказочный персонаж, но привет не простой, а музыкальный. Послушайте песенку этого героя, и вы сразу узнаете, кто вам его прислал.

*Звучит «Песенка Чиполлинно» из м/ф «Приключения Чиполлино» (слова: Самуил Маршак, музыка: Николай Пейко)*

И сегодня этот герой пришёл к нам в гости. Давайте на него посмотрим. (*Детям показать рисунок героя).*



Посмотрите, ребята, у Чиполлино есть письмо для вас. Давайте его прочитаем.

**Текст письма**

Здравствуйте, ребятишки!

Девчонки и мальчишки!

Я прибыл из фруктово-овощной страны.

Её на карте мира не найдёте вы.

С собою я привёл друзей.

Мы будем с ними здоровей.

Они полезны и красивы,

Они содержат витамины!

Коробку смело открывайте,

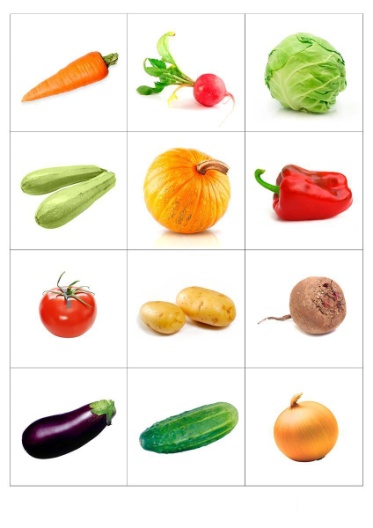
Их очень радостно встречайте!

Как вы думаете, какие друзья Чиполлино находятся в коробке?

*Выслушиваются ответы, предположения детей. Педагог подводит детей к ответу, что в коробке лежат овощи и фрукты.*

А почему Чиполлино в своём письме написал, что «мы будем с ними здоровей»? *В овощах и фруктах очень много витаминов, они полезны для здоровья, вкусные, питательные и т. п.*

Давайте заглянем в коробку и познакомимся с друзьями Чиполлино поближе. *Детям предлагается набор картинок, они должны назвать все овощи и фрукты, которые изображены на картинках.*

Вот мы с вами и познакомились со всеми друзьями весёлого Чиполлино. Посмотрите внимательно на всех друзей Чиполлино. Правильно ли мы предположили в начале занятия, что друзья Чиполлино – это овощи и фрукты? *(о.д.) Овощи и фрукты полезные, вкусные, содержат много витаминов, лечат разные болезни.*

*Чиполлино:* Вот здорово! А теперь присаживайтесь, я вам расскажу какие бывают витамины. Витаминов у нас в Лимонном царстве очень много! но самые главные A, B, C. (показ сопровождается показом коллажей о витаминах).  
 Витамин А содержится в моркови, в овощах и фруктах красного цвета – помидор, красный сладкий перец, тыква, мандарин. Он полезен для роста и зрения.  
 Витамин В, содержится в горохе, фасоли, гречневой, пшенной, и овсяной крупах. Витамин В, способствует хорошей работе сердца, когда его не хватает человек плохо спит, много плачет.  
 Витамин С – в смородине, яблоке, луке, лимоне, апельсине, кислой капусте. Витамин С укрепляет весь организм, делает человека более здоровым, защищает от простудных заболеваний.

Ребята вместе с полезной едой также есть вредная еда, от которой появляется лишний вес, различные болезни сердца, печени, желудка. Такую еду лучше не есть! Покажите какая еда вредная? Дается изображение с вредной едой.



**Практическая работа:**

**Игра:** **Догадайся по вкусу (по форме)**. С завязанными глазами ученики пробуют фрукты и овощи или щупают, стараясь угадать, что же это такое.

**Закрепление:**

Ребята какие овощи и фрукты вы знаете? (О.Д.)

Какую пользу приносят овощи и фрукты? (О.Д.)

Спасибо за работу! Желаю вам крепкого здоровья и хорошего настроения!