**Классный час**

**6 класс**

**Тема: Питание – необходимое условие для жизни человека**

**1.Повторение правил здоровья**

К нам пришел Заболейкин, он хочет научить вас:

- как заболеть и не ходить в школу;

- говорить плохие слова;

- мало двигаться и целый день смотреть телевизор;

- не мыть руки перед едой;

- каждый день ходить по врачам и придумывать себе болезни.

- Как вы думаете, попадет Заболейкин в страну Здоровячков?

 Почему? О каких докторах – помощниках он забыл? ( Доктор Вода. Доктор Упражнение)

 **2.Заучивание слов**

Рано утром просыпайся,

Себе, людям улыбайся.

Ты зарядкой занимайся.

Обливайся, вытирайся.

Всегда правильно питайся,

Аккуратно одевайся,

В школу смело отправляйся!

 **4.Беседа по теме.**

 Мы продолжаем наше путешествие в страну Здоровячков и сегодня поближе познакомимся с еще одним доктором – доктором Здоровая Пища.

 - как вы думаете. Зачем человек употребляет пищевые продукты?

 - Чем питается?

 - Чем питаются животные?

 Одни из них едят растительную пищу и называются травоядными. Даже огромный слон питается травой и ветками

 Другие животные

 Питаются мясом. Это хищники. Как видите , животные едят только то . что полезно.

 - Какие органы помогают человеку , чтобы он мог питаться? ( Органы пищеварения)

 Пища попадает в рот, во рту смачивается слюной. Мы жуем ее зубами. Дальше по пищеводу она попадает в желудок. Здесь начинается переработка. Из желудка попадает в тонкий кишечник, там окончательно переваривается с помощи желчи пищеварительных соков. Переваренная пища через стенки кишечника попадает в кровь и поступает ко все органам. Не все продукты , которыми питается человек, полезны для здоровья. Правильное питание – условие здоровья, неправильное – приводит к болезням.

- какие по вашему мнению, продукты полезны а какие вредны? Почему?

 Пословицы о продуктах питания знаете7

- всякому нужен и обед и ужин.

- Голодной лисице виноград снится.

- Голодному Федоту всякие щи в охоту.

- Больному помогает врач, а голодному калач

 Загадки. О продуктах питания .

1. **Упражнение « Гора» для осанки**

Люди с самого рождения

Жить не могут без движения

Выполняю упражнения для рук. спины, ног.

1. **Продолжи сказку.**

«Жил- был один сказочный король. У него была дочь. Она любила только сладкое

И с нею случилась беда»

-Какая с принцессой случилась беда?

- Можете ли вы посоветовать королю, как можно вылечить принцессу?

- Какие советы вы дадите7

 **6. Итог урока.**

 - какие органы пищеварения вы знаете?

