

Устный журнал

Учитель

Здравствуй, дорогие гости! Я говорю вас «здравствуй», а это значит , что я вам всем желаю здоровья. Здоровье человека –это главная жизненная ценность. Но , к сожалению, мы не умеем беречь его. Каждый человек в ответе за своё здоровье. Одним из правил сохранения здоровья является здоровое питание .Есть такая пословица» Человек есть то, что он ест. Вот какое важное место в жизни человека занимает еда. Если человек питается разнообразной , здоровой пищей , то он остаётся здоровым до глубокой старости. Но вокруг столько разных вкусов, что просто трудно выбрать здоровые продукты. Мы сегодня будем говорить только о полезных продуктах.

Учитель включает телевизор. На экране появляются два ведущих.

Ведущий1.

Доброе утро дамы и господа! Начинаем программу « Разговор о правильном питании»

Ведущий2.

Рано утром просыпайся,
Себе, людям улыбайся,
С утра зарядкой занимайся ,
Обливайся , вытирайся,
Всегда правильно питайся.

Ведущий 1

Человеку нужно есть,
Чтобы встать и чтобы сесть,
Чтоб расти и кувыряться,
Песни петь, дружить , смеяться.
Чтоб расти и развиваться
И при этом не болеть ,
Нужно правильно питаться
С самых юных лет уметь
Первый репортаж пришёл из государства « Теремок» « Сказка про овощи»

Ведущий 2

Чтоб на славу о питании блеснуть,
Мы продолжим занимательный наш путь.
Ждёт забава не дожждётся молодцов,
Вызываем добровольцев молодцов.

Выходят два скомороха и поочерёдно произноса пословицы

- Всякому нужен и обед, и ужин.
- Голодной лисице виноград снится.
- Голодному Федоту любые щи в охоту.
- Если щи хороши, другой пищи не ищи.

- Хлебушко калачу дедушка
- Больному помогает врач, а голодному – калач.
- Плач – не плач, а есть – пить надо.
- На голодные кишки не поют стишки.
- У коровы молоко во рту
- Любо брюху , что глаза кашу видят.
- Без соли не вкусно, а без хлеба не сытно.
- Щи да каша – пища наша.

Ведущий 1

Я думаю, что после всего сказанного – всем понятно, что питаться необходимо правильно. А у нас в гостях неунывающие овощи с грядки. Посмотрите танец «

Ведущий 2.

Сейчас мы все вместе накроем стол, используя полезные продукты.

Отгадайте загадки.

Учитель читает загадку, дети отгадывают её. Девочки, одетые в форму официантки, на подносе выносят на тарелках отгадки.

1. Что за бусинки вот тут
На стебле повисли?
Глянень- слюнки потекут,
А раскусишь- кисло! (клюква)

2. Бусы красные висят ,
Из кустов на нас глядят.
Очень любят бусы эти
Дети , птицы и медведи. (брусника)

3. В чай кладу его порой.
Чай становится такой
Вкусный , ароматный,
Витамином С богатый. (лимон)

4. Всем к обеду нужен,
А не всякий делает. (хлеб)

5. Развалились в беспорядке
На своей перине – грядке
Сто зелёных медвежат,
С сосками во рту лежат.
Беспрерывно сок сосут
И растут, растут, растут. (огурцы)

6. Золотистый , сочный фрукт,
Тоже яблоком зовут.
Мы загадку разгадаем
Это- яблоко Китая.

7. Меня, единственного в мире,
Не просто варят , а в мундире.
Честь мундира берегу,
Служу людям, чем могу. (картофель)

8. Чистое небо, да не вода,
Клейкое , да не смола,
Белое, да не снег,
Сладкое, да не мёд.
От рогатого берут,
Малым детям дают (молоко)

9. Как на нашей грядке
Выросли загадки-
Сочные и крупные,
Вот такие крупные,
Вот такие круглые.
Летом зеленеют,
К осени краснеют. (помидоры)

10. Очень вкусный сочный фрукт
На букву Я его зовут. (яблоко)

Ведущий 1

Посмотрите . какой красивый стол получился .Он не только красивый , но наполнен полезными продуктами.

Ведущий 2.

Вас приветствует ансамбль « Витамин»

Исполняется песня на мелодию песни « Смуглянка»

Ведущий 1

В заключении нашей программы мы хотим сказать

Выходят все участники программы.

Хором.

Здоровые продукты здоровье сохраняют.

Здоровые продукты все дети выбирают.

Хот доги, чипсы, колу не принесём мы в школу.

Здоровый образ жизни мы выбрали сейчас.

Ведущий 2.

Будьте здоровы. Спасибо за внимание.

