

Родительское собрание - праздник

Тема: «Правильно всегда питайся и только так здоровье сохранишь».

Класс: 5-6 классы

Учитель: Валитова Д. Ш.

Цели: организация совместного досуга детей и родителей; ознакомление с 3 частью программы «Разговор о здоровье и правильном питании»

Задачи: - пробудить интерес к семейным традициям, связанным с питанием

- и здоровьем; - организовать правильное питание в семье;
- формировать у детей и родителей основы здорового питания;
- развивать чувство юмора, уважение друг к другу.

Форма проведения: собрание-праздник

Подготовительная работа учителя: подготовка пригласительных билетов, оформление класса, выставка рисунков учащихся на тему: «Любимые блюда семьи», выставка детских проектов, подготовка сценария.

Предварительная подготовка: каждой семье заранее дается задание - составить свою визитную карточку, подобрать пословицы о семье, вспомнить детские песни, приготовить фирменное семейное блюдо.

Оборудование: измерительная лента, аудиокассета с детскими песнями, альбомные листы для каждой семьи, фломастеры, десять картофелин, корзина, баранки, лента.

Ход собрания – праздника

1. Вступительное слово учителя. Уважаемые мамы и папы! Мы рады вновь видеть вас в стенах нашего класса. Как вы уже догадались, сегодня мы поговорим о здоровье и о питании наших детей. Благодаря программе «Разговор о здоровье и правильном питании», разработанной специалистами Института возрастной физиологии РАО, мамы и папы познакомятся с правилами питания, как залого здоровья на долгие годы. Дети узнали много интересного и полезного, изучая 3 часть «Формула правильного питания». Сегодня нас ждут интересные конкурсы, шутки, улыбки и звонкий смех. Желая всем хорошего настроения и успехов.

2. Проведение праздника. А сейчас наши учащиеся 5 класса расскажут вам, что значит для них слово «семья».

1 ученик: Когда родилась наша дружная семья,
Рядом с папой и мамой не было меня.
Часто я смотрю на фото их красивое,
И немножко злюсь, и чуть-чуть завидую.
Спрашиваю папу: «Где я был тогда?»
Отвечает папа: «Не было тебя!»
Как же может быть такое, чтобы без меня
Родилась такая дружная счастливая семья?

2 ученик : Сегодня в доме – выходной,
Сегодня – воскресенье.
Мы с папой на кухне колдуем вдвоем,
Для мамы готовим печенье.

3 ученик: Мы на стол накрываем и ставим цветы,
Печенье кладем на блюдо.
Мы маме подарим любовь и букет,
А мама... помоем посуду.

4 ученик: Сегодня праздник у меня,
Сегодня день рождения!
Придет поздравить вся семья,-
Готовим угощение!
Две бабушки мои придут
И два солидных деда.

5 ученик: Человеку нужно есть,
Чтобы встать, и чтобы сесть,
Чтобы прыгать, кувыркаться,
Песни петь, дружить, смеяться,
И при этом не болеть,
Нужно правильно питаться
С самых юных лет уметь.

Ведущий. Мы могли бы говорить о семье еще больше, но нам хотелось бы дать слово и нашим гостям – родителям.

2. Интервью для родителей (проводят дети)

- Что вы понимаете под «режимом питания?»
- Сколько раз в день необходимо ребёнку питаться?
- Какие блюда вы даёте вашему ребёнку на завтрак?
- Что необходимо ребёнку съесть на обед?
- Какие продукты больше всего любит употреблять в пищу ваш ребенок?
- Почему человеку нужно питаться?
- Что такое «витамины»?
- Какое питательное вещество необходимо для улучшения мозговой деятельности?
- Знакомы ли вы с программой «Разговор о правильном питании»?

3. Интервью для детей (проводит учитель)

- Какое любимое блюдо у мамы, папы?
- Из какой крупы варят манную кашу?
- Можно ли целый день есть одни конфеты?
- Какое фирменное блюдо вашей семьи?

Девочка-ведущая. А сейчас мы объявляем конкурсы для пап и мам, и, конечно же, для нас – ваших детей.

4. Проведение конкурсов. В каждом конкурсе участвуют 3-4 семьи. Задание выполняется на время.

Жюри: школьный повар, медицинский работник, представитель от родительского комитета класса.

1) Конкурс «Визитная карточка» . Ведущий. Предлагаю вам представить свои команды, то есть дать характеристику каждого члена семьи: имя, возраст, род занятий, увлечения, как организовано правильное питание в вашей семье.

2) Конкурс «Что нам стоит обед приготовить». Ведущий. Командам нужно представить меню своего обеда с аргументированием и доказательством выбора продуктов по полезности и питательности. Все ваши мечты изобразите на листе бумаги. (Команды рисуют обед своей семьи, затем представитель от команды рассказывает и доказывает правильность выбора блюд для обеда).

Выставка рисунков. Победителя конкурса выбирает жюри.

3) Конкурс « Самый быстрый повар» Надо за одну минуту наизготовить как можно больше баранок- колец на ленту. Подведение итогов.

А) Первое задание - пофантазировать и изобразить:

- папа печет блины (первой семье);
- дочь ест кашу (второй семье);
- мама готовит салат (третьей семье);
- папа жарит шашлык (четвертой семье).

Б) Второе задание - изобразить походку:

- человека, который только что сытно пообедал (первой семье);
- человека, которому хочется кушать (второй семье);
- человека, который не любит есть борщ (третьей семье);
- человека, который ест банан (четвертой семье).

В) Третье задание - показать действия. Ребята получают карточки, на которых указано задание (выполняют дети)

- выбрать иллюстрации с изображением продуктов, где имеются данные витамины.
- разложить картинки с изображением овощей и фруктов в кастрюли с надписями «компот», « борщ».

Ведущий. Отлично! У вас все здорово получилось.

4) Конкурс «Самая стройная семья»

Ведущий. За последнее время нам предлагают множество средств для снижения веса. Я не знаю, какими средствами пользуется ваша семья, но мне кажется, что вы поддерживаете свою форму за счет правильного питания и постоянных занятий спортом. Сейчас члены каждой команды должны как можно плотнее прижаться друг к другу. Можно вырасти вверх, взяв кого-нибудь на руки или посадив на плечи. А я с помощником обмерю каждую семью на уровне талии. Сравнив результаты, мы определим самую стройную семью. Объявление итогов конкурса.

Аукцион пословиц и поговорок о семье и продуктах питания. (дом. зад)

Побеждает команда, которая назовет больше пословиц . Примеры:

1. Дом вести - не рукавами трясти.
2. Когда семья вместе, и сердце на месте.
3. Дом красив не углами, а пирогами.
4. Дети не в тягость, а в радость.
5. Семейные нелады доведут до беды.
6. В родной семье и каша гуще.
7. Без корня и полынь не растет.
8. Хлеб да каша – пища наша.
9. Худ обед, когда хлеба нет. Подведение итогов.

5) Конкурс «Попади в мишень»

Каждая семья с определенного расстояния бросает десять картофелин в корзину. Побеждает самая меткая команда.

6) Конкурс « Мы ждём гостей »

Правильно и оригинально сервировать стол и представить полезное «фирменное» семейное блюдо.

7) Конкурс «Музыкальный»

Исполнить как можно больше детских песен, где встречаются названия продуктов.

5. Подведение итогов. Каждой семье вручается благодарственное письмо. Общая фотография участников праздника на память. Всем участникам раздаются памятки о правильном здоровом питании. Праздник заканчивается чаепитием с семейными блюдами.