A still life composition of various fresh foods including vegetables, fruits, bread, cheese, and meat on a wooden surface. The items are arranged in a dense, overlapping manner, showcasing a variety of colors and textures. The background is dark, making the vibrant colors of the food stand out.

# Классный час «Что мы едим»

## 1 класс

учитель ГБОУ СОШ №567  
Митковец Виктория Евгеньевна

**Цель:**

**формирование здорового образа жизни**

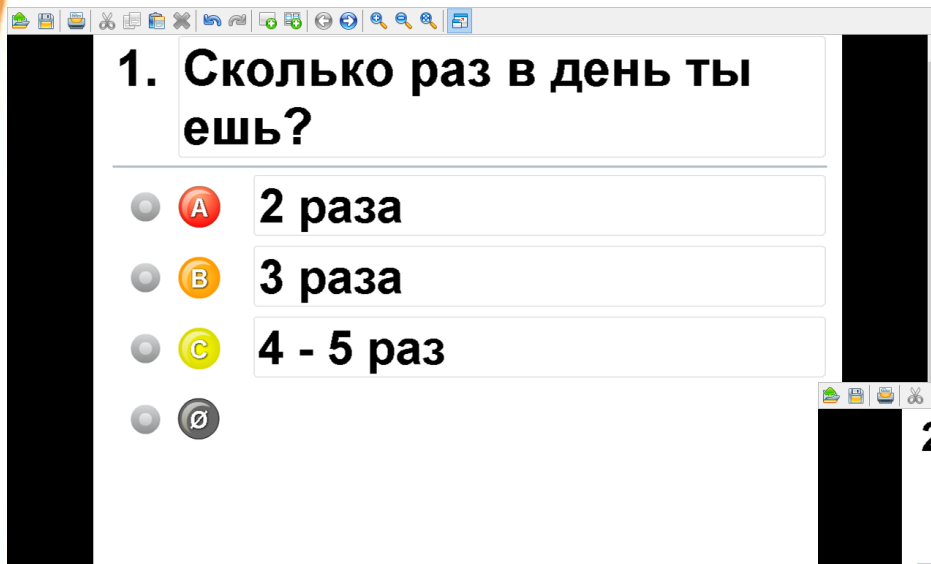
**Задачи:**

- 1. Формировать навыки самостоятельного анализа и оценки предлагаемой информации.**
- 2. Показать учащимся необходимость правильного питания.**
- 3. Воспитывать желание к здоровому образу жизни.**

**Прежде, чем за стол мне  
сесть, я подумаю, что съесть.**



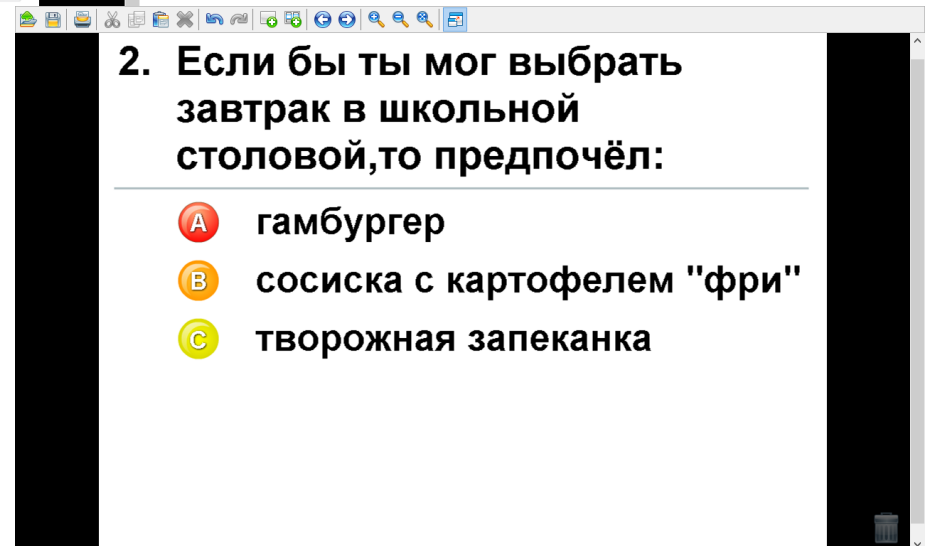
# Опрос учащихся с помощью системы голосования Mimio Vote, с последующим анализом полученных данных



1. Сколько раз в день ты ешь?

- A 2 раза
- B 3 раза
- C 4 - 5 раз
- ∅

This screenshot shows a web browser window displaying a poll question. The question is '1. Сколько раз в день ты ешь?' (How many times a day do you eat?). There are four radio button options: A (2 times), B (3 times), C (4-5 times), and an empty circle (∅). The browser's address bar and toolbar are visible at the top.



2. Если бы ты мог выбрать завтрак в школьной столовой, то предпочёл:

- A гамбургер
- B сосиска с картофелем "фри"
- C творожная запеканка

This screenshot shows a web browser window displaying a poll question. The question is '2. Если бы ты мог выбрать завтрак в школьной столовой, то предпочёл:' (If you could choose breakfast in the school cafeteria, what would you prefer?). There are three radio button options: A (гамбургер - hamburger), B (сосиска с картофелем "фри" - sausage with french fries), and C (творожная запеканка - cottage cheese casserole). The browser's address bar and toolbar are visible at the top.

3. Что ты возьмёшь для перекуса на перемене в школе?

- А чипсы
- В бутерброд
- С шоколадка
- D фрукты

4. Чтобы ты выпил, если очень хотел пить?

- А воду
- В лимонад
- С сок
- D МОЛОКО
- ∅

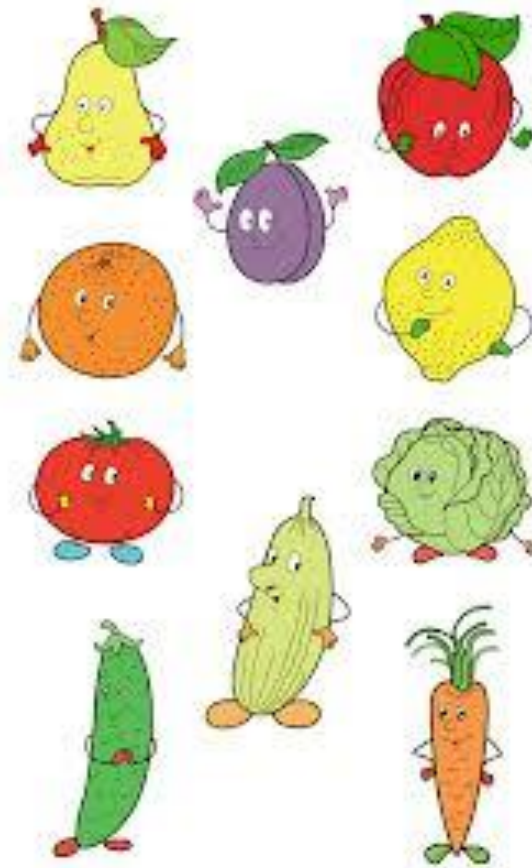
# Беседа о полезных и вредных продуктах с опорой на жизненный опыт



**Просмотр и анализ мультфильма  
из серии «Азбука здоровья»  
«Копатыч и последний бочонок мёда»**



# Физкультминутка





## **Кулинарный поединок (работа в группах)**

**Задача: приготовить овощной или фруктовый салат**

**Этапы работы:**

- 1. Выбрать продукты.**
- 2. Составить алгоритм приготовления (расположить в нужном порядке карточки: перемешать, посолить, помыть, заправить, нарезать, посласстить).**
- 3. Придумать название**
- 4. Представление результата (участвует вся команда).**