

05.02.2019г. МКОУ «Хамавюртовская СОШ им. Аджиева А.М.» учитель биологии Апатова Гульзар Алимсултановна провела внеклассное мероприятие по теме: "Чай пить – прекрасно жить!" с целью формировать у учащихся правильное отношение к здоровому образу жизни. Гульзар Апатова провела беседу с учащимися: Сегодня вы узнаете о полезных и вредных свойствах чая, о том, когда, где и при каких условиях стали впервые употреблять чай, в каких странах к этому напитку испытывают особую любовь, познакомимся с рецептами заваривания чая, отгадаем загадки и конечно попьём чая! Китайская традиция приписывает чаю ряд полезных свойств: Чай снимает головные боли и усталость. Чай уменьшает действие алкоголя и способствует отказу от его употребления. Чай является питательным продуктом и утоляет голод (в особенности — с различными добавками). Чай облегчает самочувствие во время жары. Чай освежает и прогоняет сонливость. Чай успокаивает, снимает стресс. Чай способствует перевариванию жирной пищи. Чай выводит из организма яды. Чай продлевает жизнь. Учащиеся получили интересные сведения о чае. Учащимся были исполнены частушки, рассказаны стихи о чае. Гульзар Апатова познакомила учащихся с разновидностями чая с их вкусовыми качествами, показала учащимся, как правильно расставить посуду, что подать к чаю. В итоге урока учащиеся отметили, что чайный лист содержит стимулирующее вещество, витамины, благодаря которым, чай оказывает на организм благотворительное влияние. Повышает умственную активность, устраняет усталость, улучшает пищеварение. Вот почему полезно пить чай. И очень хорошо, если в вашей семье будут поддерживать традицию чаепития.