Дементьева Н.А.

Подписан: Дементьева Н.А.
DN: O="МКОУ ""Травянская СОШ""", CN=Дементьева Н.А., E=tr123112@yandex.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2025.09.15 17:45:44+05'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.2.1

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
Управление образования Каменский муниципальный округ
Свердловской области

МКОУ "Травянская СОШ"

Дементьева Н.А.

Подписан: Дементьева Н.А.
DN: O="МКОУ ""Травянская СОШ""", CN=Дементьева Н.А., E=tr123112@yandex.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2025.09.25 22:41:19+05'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.2.1

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
На заседании педагогического совета Приказ №1 от «25» августа 2025 г.	Заместитель директора по УВР _____ Е.И.Парадеева «25» августа 2025 г.	И.о.директора МКОУ "Травянская средняя общеобразовательная школа" _____ Н.А.Дементьева Приказ № 01-15/336 от «25» августа 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Разговор о правильном питании»

Возраст обучающихся: 7-11 лет
Срок реализации: 4 год

Автор-составитель:
Хуршудян Наталья Патваканович,
педагог дополнительного образования,

село Травянское
2025

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровое питание» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
- Федерального закона РФ от 24.07.1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р;
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р;
- Постановления Правительства РФ от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г.№652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 г. №785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом»;
- Устава и локальным актам МКОУ «Травянская средняя общеобразовательная школа».

Возраст обучающихся – 6,5-11 лет;

продолжительность занятия – 35 минут в первом полугодии, 45 минут во втором полугодии, 45 минут во втором полугодии 1 класса и 2 – 4 ом классах.

срок реализации программы - 4 года.

Программа «Разговор о правильном питании» составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО на основе методических рекомендаций к авторской программе: «Разговор о правильном питании» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева Издательство:М.ОЛМА Медиа Групп 2011).

Направленность программы:

Данная программа имеет социально-гуманитарную направленность на:

- формирование гармоничной, творческой личности человека;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в эстетическом развитии;
- личностно развитие;
- социальную адаптацию;
- трудовое воспитание;

Актуальность программы:

Здоровье — это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Перед современной школой стоит задача по формированию у детей культуры здорового питания, а также осуществление соответствующей просветительской работы среди детей, их родителей. Только систематическая работа в данном направлении может помочь изменить вкусовые пристрастия, постепенно усовершенствовать структуру питания, научить детей делать сознательный выбор в пользу полезных блюд, здорового питания.

Целью программы является формирование у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья. Пищевые привычки формируются с детства, у взрослого человека их очень сложно изменить, поэтому так важно сформировать у детей правильное пищевое поведение. Понимание младшими школьниками важности правильного питания может стать эффективным способом профилактики и предупреждения неинфекционных заболеваний желудочно-кишечного тракта, развития различных соматических заболеваний

Программа рассчитана на 4 года обучения учащихся младших классов. Время, отведенное на обучение, составляет 135 часов, причем значимую часть составляют экскурсионные тематические поездки и практические занятия. Программа предусматривает проведение внеклассных занятий, работы детей в группах, парах, индивидуальная работа, работа с привлечением родителей. Занятия проводятся 1 раз в неделю в учебном кабинете, в музеях различного типа, библиотеках, на пришкольном участке, проектная деятельность включает проведение опытов, наблюдений, экскурсий, заседаний, олимпиад, викторин, КВНов, встреч с интересными людьми, соревнований, реализации проектов и т.д. Источником нужной информации могут быть взрослые: представители различных профессий, родители, увлеченные люди, а также другие дети.

В программу курса включены следующие разделы рассчитанные на 135 часов за 4 года обучения (1 час в неделю). Продолжительность занятия – 35 минут в первом полугодии 1 класса, 45 минут во втором полугодии, 45 мин в 2 – 4-х классах.
1 раздел: поговорим о продуктах
2 раздел: Гигиена питания
3 раздел: Режим питания
4 раздел: Витамины круглый год

Срок реализации программы: 4 года

№ раздела	Наименование раздела	Распределение часов по годам обучения			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1.Раздел	Поговорим о продуктах	5	5	5	5
2.Раздел	Гигиена питания	3	3	3	3
3.Раздел	Режим питания	14	14	14	14
4.Раздел	Витамины круглый год	12	12	12	12

Цель программы– сформировать у младших школьников основы рационального питания.

Задачи курса

- формирование у детей основных представлений и навыков рационального питания;
- воспитывать ответственное отношение к своему здоровью, как главной человеческой ценности;
- воспитание у детей культуры питания;
- воспитание умения соблюдать режим, правила гигиены, умение выбирать полезные продукты и блюда;
- развитие познавательного отношения и интереса к изучаемой теме;
- развитие коммуникативных навыков;
- формирование навыков ЗОЖ;
- расширение осведомленности учащихся и их родителей в области рационального питания.

Программа предусматривает достижение *3 уровней результатов*:

Первый уровень результатов (1 класс)	*Второй уровень результатов* (2-3 класс)	*Третий уровень результатов* (4 класс)
Приобретение школьником социальных знаний о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья, об общественных нормах поведения за столом, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения при приёме пищи; понимания значения соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.	Формирование позитивного отношения школьника к изучению основ правильного питания, правил сохранения своего здоровья; расширение знаний о продуктах питания, их вкусовых свойствах и содержании питательных веществ; формирование представления о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья; расширение знаний о традициях питания разных народов; воспитание уважения к культуре своего народа.	Развитие умения планировать свой день, с учётом норм рационального режима питания и энергозатрат на умственную и физическую деятельность; изменять рацион питания в зависимости от времени года; оценивать свой рацион питания с учётом собственной физической активности и проводить соответствующие корректирующие действия по изменению рациона; формирование навыков гигиены и безопасного поведения при приготовлении и приёме пищи; закрепление навыков самообслуживания.

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и познавательной деятельности;
- иметь первоначальное представление о здоровом образе жизни и правилах личной гигиены;
- знать этические нормы поведения во время экскурсий, викторин и соревнований;
- навыки сотрудничества в разных ситуациях;
- знать этические нормы, предъявляемые к сервировке стола, правила

личной гигиены;
- объяснять некоторые правила вежливого, уместного поведения людей при общении во время приёма пищи.

Метапредметные результаты:
- классифицировать предметы по заданным критериям;
- объяснять смысл народных пословиц и поговорок
- строить простые сообщения, в том числе творческого характера;
- сравнивать предметы и объекты, находить общее и различия;
- ориентироваться в своей системе знаний;
- учиться договариваться о распределении ролей в игре, работы в совместной деятельности;
- делать простые выводы и обобщения в результате совместной работы группы.

Предметные результаты:
- иметь представления о рациональном питании;
- умение делать выбор между вредными и полезными продуктами;
- умение соблюдать гигиену и режим питания;
- иметь представление о пользе витаминов и минеральных веществ в жизни человека;
- иметь представление о значении жидкости для организма человека;
- иметь практические навыки распознавания вкусовых качеств продуктов;
- умение составлять личное меню, состоящее из полезных продуктов и блюд;
- умение приготовить простейшие блюда (бутерброды, салаты).

Содержание курса «Разговор о правильном питании»

Поговорим о продуктах (5 часов)

Первый класс - 5 ч. Темы занятий: «Самые полезные продукты» Экскурсия в магазин. *Применяемые формы внеурочной деятельности*: решение проблемных ситуаций; подбор информации просмотр кинофильмов; экскурсии.

Второй класс –5 ч. Темы занятий: что надо есть, если хочешь стать сильнее». На вкус и цвет товарищей нет». *Применяемые формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах конкурс, викторина.

Третий класс – 5ч. Темы занятий: «Из чего состоит наша пища» «Что нужно есть в разное время года». *Применяемые формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах.

Четвёртый класс –5 ч. Темы занятий: «Какую пищу можно найти в лесу» «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен» *Применяемые формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах просмотр кинофильмов.

Гигиена питания (3 часа)

Первый класс - 3 ч. Темы занятий: «Если хочешь быть здоров». Применяемые формы внеурочной деятельности: решение проблемных ситуаций; подбор информации выставка; презентация детских работ.

Второй класс – 3ч. Темы занятий: «Как утолить жажду…» «Что надо есть, если хочешь стать сильнее». *Применяемые формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах конкурс, викторина.

Третий класс –3 ч. Темы занятий: «Из чего состоит наша пища» «Как правильно питаться, если занимаешься спортом».

Применяемые формы внеурочной деятельности: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах. просмотр кинофильмов; экскурсия

Четвёртый класс – 3ч. Темы занятий: «Где и как готовят пищу» «Как правильно вести себя за столом»

Применяемые формы внеурочной деятельности: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах просмотр кинофильмов; выставка

Режим питания (14 часов)

Первый класс - 14 ч. Темы занятий: «Плох обед, если хлеба нет» «Полдник. Время есть булочки» «Пора ужинать».

Применяемые формы внеурочной деятельности: решение проблемных ситуаций; подбор информации просмотр кинофильмов; экскурсии в парки и музеи презентация детских работ.

Второй класс – 14ч. Темы занятий: «Каждому овощу своё время» «Что нужно есть в разное время года». *Применяемые формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах конкурс, викторина.

Третий класс –14ч. Темы занятий: «Что и как можно приготовить из рыбы» «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен» Применяемые *формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах, просмотр кинофильмов.

Четвёртый класс – 14ч. Темы занятий: «Кулинарное путешествие по России». *Применяемые формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах просмотр кинофильмов; экскурсии в парки и музеи.

Витамины круглый год (12 часов)

Первый класс - 12 ч. Темы занятий: «Удивительные превращения пирожка». *Применяемые формы внеурочной деятельности*: решение проблемных ситуаций; подбор информации просмотр кинофильмов; экскурсии в парки и музеи презентация детских работ.

Второй класс – 12ч. Темы занятий: «Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты» «Каждому овощу своё время» «Праздник урожая». *Применяемые формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах конкурс, викторина просмотр кинофильмов.

Третий класс – 12ч. Темы занятий: «Молоко и молочные продукты» «Блюда из зерна». *Применяемые формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах. просмотр кинофильмов.

Четвёртый класс – 12ч. Темы занятий: «Дары моря» «Как правильно вести себя за столом». *Применяемые формы внеурочной деятельности*: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах просмотр кинофильмов; выставка работ

Тематическое планирование содержания ДО
«Разговор о правильном питанеии» с определением основных видов деятельности

1 класс				
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
Поговорим о продуктах	5	Если хочешь быть здоров.	1	Знакомство с героями программы; чтение по ролям. Анкетирование учащихся и родителей; дидактические и сюжетно-ролевые игры. Чтение по ролям; творческая мастерская «Полезные продукты»; динамическая игра «Вкусные старты». Экскурсия в магазин, заполнение дневника питания. Аукцион «Правильное питание»; конкурс семейных плакатов «Правила питания»; мини-исследование «Семейные традиции и гигиена питания».
		Анкетирование детей «Полезные привычки»	1	
		Самые полезные продукты.	1	
		Экскурсия в магазин.	1	
		Раздельное питание.	1	
Гигиена питания	3	Как правильно есть (гигиена питания).	1	Наблюдение за своим режимом питания; творческая мастерская «Режим питания»; чтение по ролям. Дидактические и сюжетно-ролевые игры.
		Игра-инсценировка «Шел по городу волшебник».	1	
		Удивительные превращения пирожка.	1	
Режим питания	14	Проект. «Режим питания школьника». Соревнования.	2	Наблюдение за своим режимом питания; творческая мастерская «Режим питания». мини-проект «Путешествие зёрнышка», мини-исследование «Мамина каша»;викторина «Знатоки злаков» Дидактические и образно-ролевые
		Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной.	2	

		Викторина «Печка в русских сказках».		игры; чтение по ролям; конкурс загадок; рассказ по картинкам; конкурс «Венок пословиц»; семейная фотовыставка «Секреты обеда». Дидактические игры; игра – демонстрация «Молоко – волшебный дар»; игра – дегустация «Молочные родственники»; игра-конкурс «Путешествие по Молочной реке»; семейная выставка – ярмарка «Просто, вкусно и красиво!» Дидактические игры; чтение по ролям; игра «Объясняли»; игра – дегустация «Запеканки»; семейный конкурс бутербродов; фотовыставка «Мой любимый бутерброд, отправляйся прямо в рот!» Экскурсия.
		Плох обед, если хлеба нет. Подготовка к «Празднику хлеба». Игры: «Секреты обеда», «Советы хозяюшки». Настольная игра. Полдник, время есть булочки.	5	
		Конкурс – викторина «Знатоки молока». Игра «Кладовая народной мудрости».	2	
		Пора ужинать. Практическая работа «Приготовление бутербродов». Экскурсия в столовую.	3	
Витамины круглый год	12	Где найти витамины весной. Практическая работа «Проращивание репчатого лука (овса)».	2	Фотовыставка «Где найти витамины весной» Практическая работа по выращиванию лука, овса
		На вкус и цвет товарищей нет. Практическая работа «Определи вкус продукта».	2	Дидактические игры. Практическая работа по определению вкуса продуктов
		Экскурсия в магазин	2	Экскурсия в магазин.

		(киоск) «Соки. Воды». Если хочется пить.		Игра «Если хочется пить».
		Велосипедный спорт (прогулка на велосипедах). Что надо есть, если хочешь стать сильнее.	2	Фотовыставка «Мой двухколесный друг». Дидактические игры; чтение по ролям.
		Работа на участке. Посадка лука.	1	Работа на участке.
		Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты. Каждому овощу - своё время. Викторина «Знатоки здорового питания».	3	Конкурс семейных плакатов «Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты»; Дидактические и образно-ролевые игры; чтение по ролям; конкурс загадок. Проведение викторины

2 класс				
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
Поговорим о продуктах	5	Где найти витамины весной. / дидактическая игра/	1	Дидактические игры; чтение по ролям; рассказ по картинкам; игра-дегустация «Отгадай сухофрукт»; конкурс мини-сказок «Вкусные истории»; творческая мастерская «Чудесная корзинка»; проведение КВН «Витаминный ералаш».
		Игра –дегустация «Отгадай сухофрукт»	1	
		Конкурс мини сказок «Вкусные истории»	1	
		Творческая мастерская «Чудесная корзинка»	1	
		КВН «Витаминный ералаш»	1	
Гигиена питания	3	«Как утолить жажду…»	1	Игра-демонстрация «Мы не дружим с Сухомяткой»; игра-дегустация «Угадай на вкус, дружок, из чего в стакане сок» чтение по ролям.
		Игра-демонстрация «Мы не дружим с сухомяткой»	1	
		Игра-дегустация «Угадай дружок на вкус из чего в стакане сок»	1	
Режим питания	14	Каждому овощу свое время Конкурс «Любимые овощи вашей семьи	2	Конкурс «Любимые овощи нашей семьи»; презентация детских работ. Дидактические игры; рассказ по картинкам встреча и беседа на тему занятия с профессиональным спортсменом; семейные соревнования «Вкусные эстафеты». Игра-демонстрация «Угадай на вкус!»; чтение по ролям. Мини-исследование «В царстве пряностей»; творческая мастерская «Кулинарная книга»; семейный конкурс
		Что нужно есть в разное время года Что надо есть, если хочешь стать сильнее. Беседа с профессиональным	4	

		спортсменом. Семейные соревнования «Вкусные эстафеты»		«Знатоки пряностей». Дидактические игры; чтение по ролям; рассказ по картинкам; творческие мастерские «Школа керлинга»; «Чудеса своими руками»; выставка «Цитрусовые фантазии».
		«На вкус и цвет товарищей нет». Игра-демонстрация «Угадай на вкус»	2	
		Мини-исследование «В царстве пряностей» Творческая мастерская «Кулинарная книга» Семейный конкурс «Знатоки пряностей»	3	
		Творческая мастерская «Школа карлинга» Творческая мастерская «Чудеса своими руками» Выставка «Цитрусовые фантазии»	3	
Витамины круглый год	12	«Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты» Праздник «Дары осени» «Каждому овощу своё время» Мини-исследования «Вершки и корешки»	4	Рассказ по картинкам. Праздник «Дары осени». Образно-ролевые игры. Презентации детей. Мини-исследование «Вершки и корешки». Беседа с врачом «Чеснок и лук от всех недуг». Конкурс «Реклама овощей»; семейная выставка «Овощной ресторан», КВН «Азбука правильного питания»; семейный конкурс «Знатоки здорового питания».
		Беседа с врачом «Чеснок и лук от всех	1	

		недуг»		Создание классной кулинарной книги «Питание и здоровье».
		Конкурс «Реклама овощей» Семейная выставка «Овощной ресторан» КВН «Азбука правильного питания» Семейный конкурс «Знатоки здорового питания»	4	
		Создание классной кулинарной книги «Питание и здоровье»	3	
		3 класс		
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
Поговорим о продуктах	5	Давайте познакомимся	1	Знакомство с новыми героями программы; чтение по ролям; игровое путешествие «Вспоминаем то, что знаем»; игровая мастерская (конструирование игр по изученным темам программы). Чтение по ролям; заполнение дневника здоровья; образно-ролевая игра; исследовательская работа «Домашний завтрак и школьный обед»; устный журнал «Витаминка» (выступление перед ребятами других классов).
		Из чего состоит наша пища	1	
		Белки, углеводы и жиры	1	
		Витамины и минеральные вещества	1	
		Составление меню. *Практическое занятие*	1	
Гигиена питания	3	Что нужно есть в разное время года	1	Дидактические игры; исследовательская работа

		Блюда для холодного и жаркого время года	1	учащихся «Русская народная мудрость о правильном питании»; конкурс кулинаров; работа в мини-группах «Составление меню спортсмена»; лекторий: беседа с тренером спортивной школы о режиме питания во время тренировок и соревнований.
		Как правильно питаться, если занимаешься спортом	1	
Режим питания	14	Оформление стенгазеты «Состав пищи. Меню» Презентация стенгазет	2	Работа в группах по оформлению стенгазеты. Чтение по ролям; проектная работа в мини-группах «Книжка рецептов рыбных блюд»; творческая мастерская – оформление книжки; кулинарный конкурс для мам и детей «Блюда из рыбы». Дидактические игры; исследовательская работа «Как раньше готовили пищу на Руси»; сюжетно-ролевая игра «Сервировка стола» Экскурсия
		Что и как можно приготовить из рыбы. Составление меню из рыбы. Дары моря. Экскурсия в рыбный магазин	4	
		Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен. Где и как готовят пищу. Как раньше готовили пищу на Руси. Экскурсия в школьную столовую.	4	

		Столовая и кухонная посуда. Бытовая техника. Как правильно накрыть стол. Предметы сервировки стола	4	
Витамины круглый год	12	Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты. Встреча с технологом молочного комбината. Что такое сепаратор. Люди каких профессий работают на ферме. Проект «Технология приготовления молочных продуктов в домашних условиях».	6	Дидактические игры; дегустация молочных продуктов; встреча с технологом молочного комбината; исследовательская (семейная) работа «Технология приготовления молочных продуктов в домашних условиях». Исследовательская работа учащихся (групповая) «От зерна до каравая»; чтение по ролям; дидактические игры; творческая мастерская «Зёрнышко». Сюжетно-ролевая игра «На кухне», разгадывание кроссвордов и загадок.
		Блюда из зерна. Механизмы, помогающие хлеборобам посеять, вырастить и собрать урожай.	2	
		Сюжетно-ролевая	4	

		игра «На кухне». Приглашаем на обед. *Практическое занятие*. Разгадывание кроссворда «Федорино горе». Конкурс загадок. *Подведение итогов.*		

4 класс				
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
Поговорим о продуктах	5	Какую пищу можно найти в лесу	1	Экскурсия «Полезные растения»; «Полезные грибы»; обработка и оформление материала по итогам урока-путешествия «Полезные грибы» (составление игр, загадок, кроссвордов и т.п.).
		Экскурсия «Полезные растения»; «Полезные грибы»	1	
		Полезные грибы» (составление игр, загадок, кроссвордов	1	
		Викторина «Знаешь ли ты грибы ».	1	
		Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	1	

Гигиена питания	3	Где и как готовят пищу	1	Экскурсия в школьную столовую. Сюжетно-ролевые игры по правилам поведения за столом.
		Экскурсия в школьную столовую	1	
		Сюжетно-ролевые игры «Как правильно вести себя за столом».	1	
Режим питания	14	Кулинарное путешествие по России. Проект «Секреты традиционных блюд твоей местности». Семейная фотовыставка «Секреты нашей кухни». Кулинарный конкурс «Любимое блюдо моей семьи». Проект. «Как питались на Руси и в России»	5	Исследовательская работа учащихся (групповая) «Секреты традиционных блюд твоей местности» и «Как питались на Руси и в России» Кулинарный конкурс «Любимое блюдо моей семьи». Семейная фотовыставка «Секреты нашей кухни». Оформление книги рецептов «Что ни дом, то традиция». Работа в группах «Интервью на кухне»; исследовательская работа «От костра до микроволновки»; Участие в творческих мастерских, проектах и конкурсах. Экскурсия на предприятие общественного питания
		Оформление книги рецептов «Что ни дом, то традиция». Мини-исследование «Посуда в русских сказках». Мини-исследование «От костра до	3	

		микроволновки»		
		Творческая мастерская «Салфетная фантазия». Творческая мастерская «Салфетницы своими руками»	2	
		Проект «Интервью на кухне»	1	
		Конкурс рисунков «Мое любимое блюдо». Творческая мастерская «Фруктово-овощная фантазия». Экскурсия на предприятие общественного питания	3	
Витамины круглый год	12	Дары моря. Виртуальная экскурсия в океанариум. Творческая мастерская «Морские обитатели». Устный журнал для малышей «Полезные морские обитатели». Проект «Морские обитатели Черного моря».	7	Дидактические игры; чтение по ролям; экскурсия в океанариум; составление устного журнала для малышей «Полезные морские обитатели». Участие в творческих мастерских, проектах, выставках и конкурсах. Сюжетно-ролевая игра «Сервировка стола» и «Идём в гости». Сюжетно-ролевые игры по правилам поведения за столом.

		Викторина «Знаешь ли ты морских обитателей». Выставка поделок из овощей и фруктов «Подводный мир»		
		Как правильно вести себя за столом. Как правильно накрыть стол. Творческая мастерская «Украшаем стол». Сюжетно -ролевая игра «Идём в гости». Выставка и дегустация блюд, приготовленных собственными руками.	5	

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1.Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
Список литературы, рекомендуемой для детей		
1.	М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. Рабочая тетрадь для школьников «Разговор о правильном питании». 1- 2 класс. - М.: – ОЛМА Медиа Групп, 2012.	30
	М.М.Безруких,Т.А.Филиппова,А.Г.Макеева «Две недели в лагере здоровья» 3-4 класс. - М: -ОЛМА Медиа Групп, 2012.	30
Список литературы, рекомендуемой для педагога		
1.	Разговор о правильном питании. Учебно – методическое пособие. /М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева.– - М: - ОЛМА Медиа Групп, 2011.	1
	Две недели в лагере здоровья. Учебно – методическое пособие. /М.М.Безруких,	1

	Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева. - М: -ОЛМА Медиа Групп, 2011.	
2. Технические средства обучения		
1.	Телевизор	1
2.	Музыкальный центр	1
3.	Видеопроигрыватель	1
4.	Компьютер	1
3. Экранно-звуковые пособия		
1.	Мультимедийный проектор	1
2.	Экран для проектора	1
5. Игры и игрушки		
1.	Спортивный инвентарь (мячи, скакалки, обручи, бадминтон)	10
2.	Карандаши, фломастеры, краски, ватман, клей, ножницы, цветная бумага	10

Литература:

1. Безруких М. М., Филиппова Т. А., Макеева А. Г. «Две недели в лагере здоровья» «ОЛМА-ПРЕСС» М., 2003;
2. М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева рабочая тетрадь «две недели в лагере здоровья»
3. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильной питании / Методическое пособие – М, ОЛМА-МЕДИА ГРУПП, 2007 г.;
4. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Рабочая тетрадь для школьников «Разговор о правильной питании» – М., ОЛМА-МЕДИА ГРУПП, 2004 г.;
5. Брехман И. И. «Введение в Валеологию – науку о здоровье»
6. Зайцев Г., Зайцев А. Твоё здоровье. – С-Пб., 1997
7. Коростелёв Н. От А до Я детям о здоровье. – М.: Медицина, 1987
8. Витамины. Под редакцией Смирнова М.П. – М.: Медицина, 1974 г.
9. Езушина Е.В. Азбука правильного питания. Дидактические игры, викторины, сказки, исторические справки. - Волгоград: Учитель, 2008