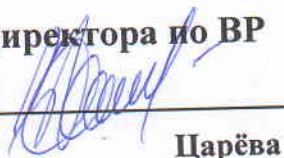


Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №13» г. Обнинска

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по ВР



Царёва В. А.

Приказ №73-ОД от «31» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ "СОШ №13"



Пестрикова О.В.

Приказ №73-ОД от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
По внеурочной деятельности  
для обучающихся НОО

город Обнинск 2023

## **Курс внеурочной деятельности: «Азбука здорового питания»**

### **1. Пояснительная записка**

Данная рабочая программа разработана в соответствии с письмом министерства образования, науки и молодежной политики «О рекомендациях по составлению рабочих программ учебных предметов, курсов и календарно-тематического планирования» составлен локальный документ, определяющий объем, порядок, содержание изучения курса, требования к результатам освоения;

образовательная направленность, в рамках которой реализуется программа – общеинтеллектуальная;

вид детского объединения, в рамках которого реализуется программа – учащиеся школы I ступени;

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).

Количество часов: 135 ч. (33 часа в 1 классе; 34 часа во 2 классе;  
34 часа в 3 классе; 34 часа в 4 классе)

#### **Актуальность данного курса:**

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 курса – 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.

**1. Планируемые результаты освоения курса**  
**«Азбука здорового питания»**

Программа предусматривает достижение 3 уровней результатов:

<b><i>Первый уровень результатов</i></b> (1 класс)	<b><i>Второй уровень результатов</i></b> (2-3 класс)	<b><i>Третий уровень результатов</i></b> (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	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	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;

повседневной жизни.	о традициях питания разных народов; воспитание уважения к культуре своего народа.	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:**

- знания о рациональном питании;
- умение делать выбор между вредными и полезными продуктами;
- иметь представление о соблюдении гигиены 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 «Азбука здорового питания»**

### **2.**

#### **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

### **4. Тематическое планирование содержания курса** **«Азбука здорового питания»**

#### **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

		Игра-инсценировка «Шел по городу волшебник».	1	питания»; чтение по ролям. Дидактические и сюжетно-ролевые игры.
		Удивительные превращения пирожка.	1	
Режим питания	14	Проект. «Режим питания школьника».	2	Наблюдение за своим режимом питания; творческая мастерская «Режим питания». Мини-проект «Путешествие зёрнышка», мини-исследование «Мамина каша»; викторина «Знатоки злаков»
		Соревнования.		
		Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной.	2	Дидактические и образно-ролевые игры; чтение по ролям; конкурс загадок; рассказ по картинкам; конкурс «Венок пословиц»; семейная фотовыставка «Секреты обеда».
		Викторина «Печка в русских сказках».	5	Дидактические игры; игра – демонстрация «Молоко – волшебный дар»; игра – дегустация «Молочные родственники»; игра-конкурс «Путешествие по Молочной реке»; семейная выставка – ярмарка «Просто, вкусно и красиво!»
		Плох обед, если хлеба нет .		
		Подготовка к « Празднику хлеба».		
		Игры: «Секреты обеда», «Советы хозяйюшки».	2	Дегустация «Запеканки»; семейный конкурс бутербродов; фотовыставка «Мой любимый бутерброд, отправляйся прямо в рот!»
Настольная игра.				
Полдник, время есть булочки.	3	Экскурсия.		
Конкурс – викторина «Знатоки молока».				
Игра «Кладовая народной мудрости».	2	Фотовыставка «Где найти витамины весной» Практическая работа по выращиванию лука, овса		
Пора ужинать.				
Практическая работа «Приготовление бутербродов».				
Витамины круглый год	12	Экскурсия в столовую.	2	Дидактические игры. Практическая работа по определению вкуса продуктов
		Где найти витамины весной.		
		Практическая работа «Проращивание репчатого лука (овса)».	2	Экскурсия в магазин. Игра «Если хочется пить».
		На вкус и цвет товарищей нет.		
		Практическая работа «Определи вкус продукта».		
Экскурсия в магазин (киоск) «Соки. Воды».	2	Фотовыставка «Мой двухколесный		
Если хочется пить.				
Велосипедный спорт				

	(прогулка на велосипедах). Что надо есть, если хочешь стать сильнее.		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



<b>2 класс</b>				
<b>Раздел</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Темы</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)</b>
Поговорим о продуктах	5	Где найти витамины весной./ дидактическая игра/	1	Дидактические игры; чтение по ролям; рассказ по картинкам; игра-дегустиция «Отгадай сухофрукт»; конкурс мини-сказок «Вкусные истории»; творческая мастерская «Чудесная корзинка»; проведение КВН «Витаминный ералаш».
		Игра –дегустиция «Отгадай сухофрукт»	1	
		Конкурс минисказок «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-дегустиция «Угадай на вкус, дружок, из чего в стакане сок» чтение по ролям.
		Игра-демонстрация «Мы не дружим с сухомяткой»	1	
		Игра-дегустиция «Угадай дружок на вкус из чего в стакане сок »	1	
Режим питания	14	Каждому овощу свое время	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 «Знатоки пряностей». Дидактические игры; чтение по ролям; рассказ по картинкам; творческие мастерские «Школа карлинга»; «Чудеса своими руками»; выставка «Цитрусовые фантазии».
		Конкурс «Любимые овощи вашей семьи		
		Что нужно есть в разное время года	4	
		Что надо есть, если хочешь стать сильнее.		
		Беседа с профессиональным спортсменом.		
Семейные соревнования «Вкусные эстафеты»	2			
«На вкус и цвет товарищей нет».				
Игра-демонстрация «Угадай на вкус»	3			
Мини-исследование				

		<p>«В царстве пряностей»</p> <p>Творческая мастерская «Кулинарная книга»</p> <p>Семейный конкурс «Знатоки пряностей»</p>		
		<p>Творческая мастерская «Школа карлинга»</p> <p>Творческая мастерская «Чудеса своими руками»</p> <p>Выставка «Цитрусовые фантазии»</p>	3	
Витамины круглый год	12	<p>«Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты»</p> <p>Праздник «Дары осени»</p> <p>«Каждому овощу своё время»</p> <p>Мини-исследования «Вершки и корешки»</p>	4	<p>Рассказ по картинкам. Праздник «Дары осени». Образно-ролевые игры. Презентации детей.</p> <p>Мини-исследование «Вершки и корешки».</p> <p>Беседа с врачом «Чеснок и лук от всех недугов».</p> <p>Конкурс «Реклама овощей»; семейная выставка «Овощной ресторан», КВН «Азбука правильного питания»; семейный конкурс «Знатоки здорового питания».</p> <p>Создание классной кулинарной книги «Питание и здоровье».</p>
		<p>Беседа с врачом «Чеснок и лук от всех недугов»</p>	1	
		<p>Конкурс «Реклама овощей»</p> <p>Семейная выставка «Овощной ресторан»</p> <p>КВН «Азбука правильного питания»</p> <p>Семейный конкурс «Знатоки здорового питания»</p>	4	
		<p>Создание классной кулинарной книги «Питание и здоровье»</p>	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. <i>Практическое занятие</i>	1	
Гигиена питания	3	Что нужно есть в разное время года	1	Дидактические игры; исследовательская работа 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.
		Блюда для холодного и жаркого время года	1	
		Как правильно питаться, если занимаешься спортом	1	
Режим питания	14	Оформление стенгазеты «Состав пищи. Меню»	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
		Презентация стенгазет		
		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		

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

		<p>занятие.</p> <p>Разгадывание кроссворда «Федорино горе».</p> <p>Конкурс загадок.</p> <p>Подведение итогов.</p>		
--	--	---	--	--

<b>4 класс</b>				
<b>Раздел</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Темы</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)</b>
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	<p>Кулинарное путешествие по России.</p> <p>Проект «Секреты традиционных блюд твоей местности».</p> <p>Семейная</p>	5	<p>Исследовательская работа учащихся (групповая) «Секреты традиционных блюд твоей местности» и « Как питались на Руси и в России»</p> <p>Кулинарный конкурс «Любимое блюдо моей семьи».</p> <p>Семейная фотовыставка «Секреты нашей кухни».</p>

		<p>фотовыставка «Секреты нашей кухни».</p> <p>Кулинарный конкурс «Любимое блюдо моей семьи».</p> <p>Проект. « Как питались на Руси и в России»</p>		<p>Оформление книги рецептов «Что ни дом, то традиция».</p> <p>Работа в группах «Интервью на кухне»; исследовательская работа «От костра до микроволновки»; Участие в творческих мастерских, проектах и конкурсах.</p> <p>Экскурсия на предприятие общественного питания</p>
		<p>Оформление книги рецептов «Что ни дом, то традиция».</p> <p>Мини-исследование «Посуда в русских сказках».</p> <p>Мини-исследование «От костра до микроволновки»</p>	3	
		<p>Творческая мастерская «Салфетная фантазия».</p> <p>Творческая мастерская «Салфетницы своими руками»</p>	2	
		<p>Проект «Интервью на кухне»</p>	1	
		<p>Конкурс рисунков «Мое любимое блюдо».</p> <p>Творческая мастерская «Фруктово-овощная фантазия».</p> <p>Экскурсия на предприятие общественного питания</p>	3	
Витамины круглый год	12	<p>Дары моря.</p> <p>Экскурсия в океанариум.</p> <p>Творческая</p>	7	<p>Дидактические игры; чтение по ролям; экскурсия в океанариум; составление устного журнала для малышей «Полезные морские обитатели».</p>

	<p>мастерская «Морские обитатели».</p> <p>Устный журнал для малышей «Полезные морские обитатели».</p> <p>Проект «Морские обитатели Черного моря».</p> <p>Викторина «Знаешь ли ты морских обитателей».</p> <p>Выставка поделок из овощей и фруктов «Подводный мир»</p>		<p>Участие в творческих мастерских, проектах , выставках и конкурсах. Сюжетно-ролевая игра «Сервировка стола» и «Идём в гости».</p> <p>Сюжетно-ролевые игры по правилам поведения за столом.</p>
	<p>Как правильно вести себя за столом.</p> <p>Как правильно накрыть стол.</p> <p>Творческая мастерская «Украшаем стол».</p> <p>Сюжетно -ролевая игра «Идём в гости».</p> <p>Выставка и дегустация блюд, приготовленных собственными руками.</p>	5	

## 5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>		
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, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева. - М: -ОЛМА Медиа Групп, 2011.	1
<b>2. Технические средства обучения</b>		
1.	Телевизор	1
2.	Музыкальный центр	1
3.	Видеопроектор	1
4.	Компьютер	1
<b>3. Экранно-звуковые пособия</b>		
1.	Мультимедийный проектор	1
2.	Экран для проектора	1
<b>5. Игры и игрушки</b>		
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