

# РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ



**Мы за здоровое питание!**



МБОУ Троицкая СОШ

3 «А» класс

Кл.руководитель Барабаш А.Ю.

# Реализация программы «Разговор о правильном питании»



**Основная цель программы – воспитание у детей представления о рациональном питании как составной части культуры здоровья.**

## Задачи:

- формирование и развитие представления у детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье.
- формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми практических навыков рационального питания;
- формирование навыков правильного питания, как составной части здорового образа жизни;
- формирование представления о правилах этикета, связанных с питанием осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора у детей, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков у школьников, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

# Формы и методы обучения

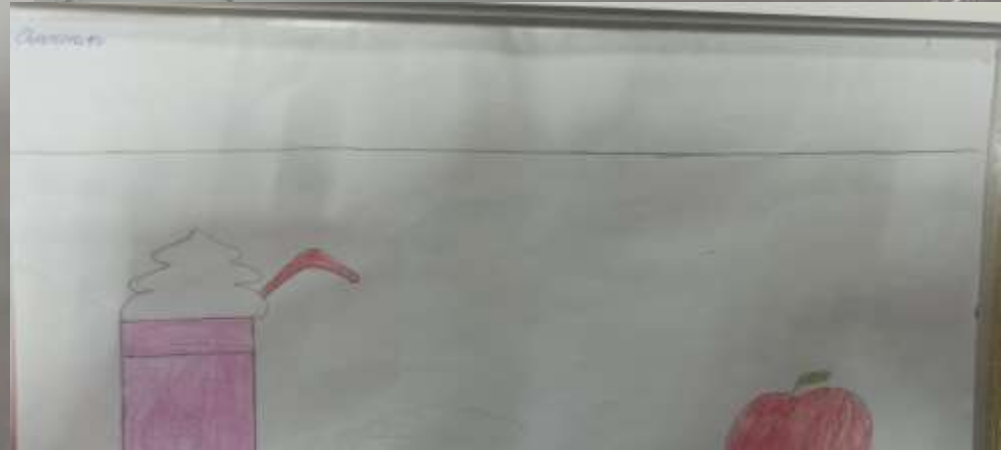
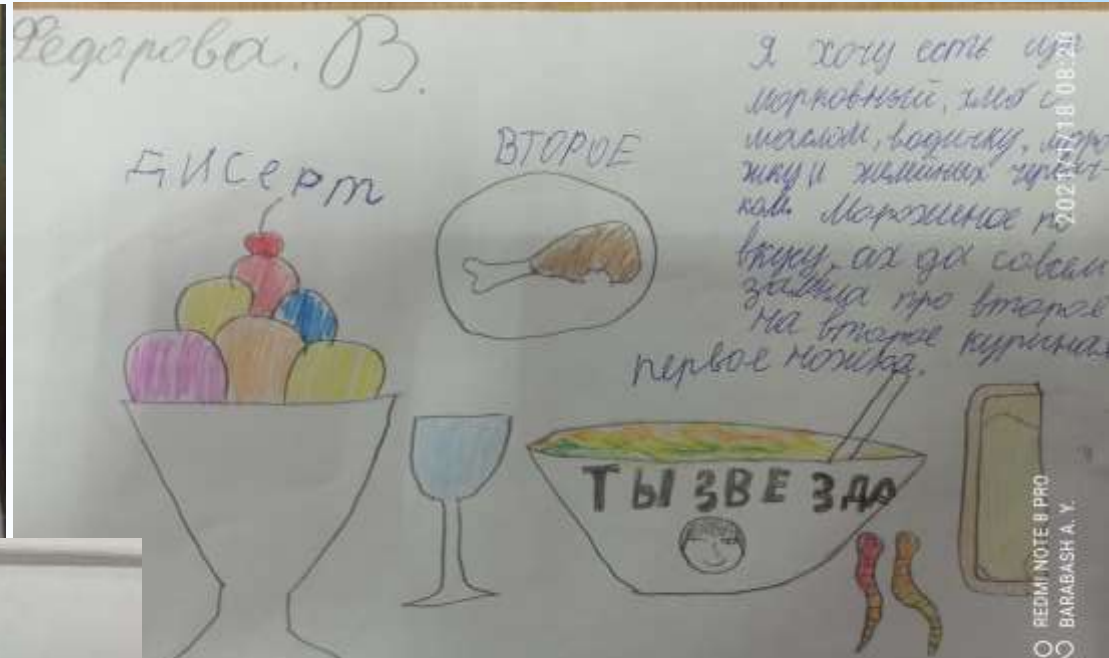
В качестве организации занятий в программу внесены различные формы: экскурсии, наблюдение, сюжетно-ролевые игры, игры по правилам, мини проекты, совместная работа с родителями, групповые дискуссии, мозговой штурм.

Основные методы обучения: исследовательский, объяснительно иллюстративный, практический, поисковый.



# Самое интересное

Практические работы «Что я съем?» и «Меню героев»





# Ведение дневника здоровья



# Конкурсы и игры

## Конкурс кулинаров







# Шкала кулинарии!

## Вареники с творогом.

приготовление.

- Творог
- Яйцо
- Сахар
- Мука
- Вода
- Шметана

состав.

Вода + яйцо + мука =  
тесто.

• творог + сахар = начинка.

## Толста.

- Высокое содержание белка
- Холин и кальций и фосфор.
- Творог содержит аминокислоты метионин и триптофан, которые замедляют печенку.





Фунчоза с курицей





А еще мы **ОЧЕНЬ** любим нашу столовую



Где нас ждет вкусный  
горячий обед  
каждый день

\* Мы всегда смотрим мультики или познавательные ролики и выполняем задания!





**С большим желанием**

*На*

*разговор*

*о здоровом, правильном  
питании !*

