

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10»
Елабужского муниципального района Республики Татарстан
423606 РТ г.Елабуга ул.Марджани, 54
9-44-72, 9-49-36

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ
«РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»

для 1-4 классов

Количество часов: 34 часа

Учителя начальных классов

Программа разработана на основе авторской программы «Разговор о правильном питании» Безруких М.М., Т. А. Филиппова, А. Г. Макеева. М.: Просвещение, 2014

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.
2. Авторской программы «Разговор о правильном питании» Безруких М.М., Т. А. Филиппова, А. Г. Макеева.

Программа отражает идеи и положения формирования культуры здорового питания, программы формирования универсальных учебных действий (УУД), составляющих основу для саморазвития и непрерывного образования, выработки коммуникативных качеств, целостности общекультурного, личностного и познавательного развития обучающихся.

Цели:

- **развитие** представлений детей о ценности здоровья, укреплять и заботиться о собственном здоровье;
- **расширение** знаний детей о продуктах здорового и нездорового питания ;
- **освоение** правил этикета, связанных с питанием;
- **формирование** у детей интерес и готовность к соблюдению правил рационального и здорового питания;
- **овладение** умениями правильно питаться; участвовать в диалогах, составлять несложные высказывания;

Задачи:

- **социализация** обучающихся – вхождение в мир культуры и социальных отношений, обеспечивающая включение обучающихся в ту или иную группу или общность – носителя ее норм, ценностей, ориентаций, осваиваемых в процессе знакомства о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народов;
- **приобщение** к познавательной культуре как системе познавательных (научных) ценностей, накопленных обществом в сфере здорового образа жизни.

Помимо этого, развитие представлений подростков о правильном питании и о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей призвано обеспечить:

- **ориентация** в системе моральных норм и ценностей: признание наивысшей ценностью жизнь и здоровье человека;
- **развитие** познавательных мотивов, направленных на получение знаний о навыках этикета, являющихся неотъемлемой частью общей культуры личности; пробуждение интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширением знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа, культуре и традициям других народов;
- **овладение** ключевыми потребностями: учебно-познавательной, информационной, ценностно-смысловой, коммуникативной;
- **формирование** у обучающихся познавательной культуры, осваиваемой в процессе познавательной деятельности, и эстетической культуры как способности эмоционально-ценностного отношения к собственному здоровью.

Преподавание программы «Разговор о правильном питании» проводится во второй половине дня. Важность этого курса для младших школьников подчеркивается тем, что он осуществляется в рамках программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, рекомендованного для внеурочной деятельности новым стандартом. Программа «Разговор о правильном питании» изучается с 1 по 4 класс по одному часу в неделю: 1 класс - 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа. Общий объем учебного времени составляет 135 часов (теоретических – 51ч., практических – 84 ч.) В каждом классе выделяется время для совместной работы учеников с родителями (проекты, соревнования, конкурсы).

Содержание программы

Программа состоит из трех модулей.

1 модуль: «Разговор о правильном питании» - для детей 7-8 лет.

2 модуль: «Две недели в лагере здоровья» - для детей 9-10 лет.

3 модуль: «Формула правильного питания» - для детей 10-12 лет.

Тематика программы охватывает различные аспекты рационального питания:

1 модуль "Разговор о правильном питании"

разнообразии питания:

1. "Самые полезные продукты",
2. "Что надо есть, если хочешь стать сильнее",
3. "Где найти витамины весной",
4. "Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты",
5. "Каждому овощу свое время";

гигиена питания: "Как правильно есть";

режим питания: "Удивительные превращения пирожка";

рацион питания:

1. "Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной",
2. "Плох обед, если хлеба нет",
3. "Полдник. Время есть булочки",
4. "Пора ужинать",
5. "Если хочется пить";

культура питания:

1. "На вкус и цвет товарищей нет",
2. "День рождения Зелибобы".

2 модуль "Две недели в лагере здоровья"

разнообразии питания:

1. "Из чего состоит наша пища",
2. "Что нужно есть в разное время года",
3. "Как правильно питаться, если занимаешься спортом";

гигиена питания и приготовление пищи:

1. "Где и как готовят пищу",
2. "Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен";

этикет:

1. "Как правильно накрыть стол",
2. "Как правильно вести себя за столом";

рацион питания:

1. "Молоко и молочные продукты",
2. "Блюда из зерна",
3. "Какую пищу можно найти в лесу",
4. "Что и как приготовить из рыбы",
5. "Дары моря";

традиции и культура питания: "Кулинарное путешествие по России".

3 модуль "Формула правильного питания"

рациональное питание как часть здорового образа жизни:

1. "Здоровье - это здорово";
2. "Продукты разные нужны, продукты разные важны",

режим питания: "Режим питания",

адекватность питания: "Энергия пищи",

гигиена питания и приготовление пищи:

1. "Где и как мы едим",
2. "Ты готовишь себе и друзьям";

потребительская культура: "Ты - покупатель";

традиции и культура питания:

1. "Кухни разных народов",
2. "Кулинарное путешествие",
3. "Как питались на Руси и в России",
4. "Необычное кулинарное путешествие".

Планируемые результаты освоения учебного курса

- здоровый образ жизни;
- питательные вещества, необходимые организму;
- режим и рацион питания;
- правила гигиены питания;
- правила ответственного покупателя;
- правила безопасного обращения с кухонной техникой, сервировка стола и правила этикета;
- традиции и обычаи питания в разных странах;
- история и культура питания.

Личностные, метапредметные и предметные результаты

Личностные результаты:

- умение определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- умение использовать знания в повседневной жизни;
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, делать выбор (при поддержке других участников группы и педагога), как поступить;
- умение проявлять инициативу и самостоятельность на занятиях;
- познавательный интерес к основам культуры питания.

Метапредметные результаты:

- умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;
- умение работать с разными источниками информации о здоровом и правильном питании: анализировать и оценивать информацию;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные. Осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в познавательной деятельности;
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к собственному здоровью;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения познавательных задач;
- умение осознанно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции: сравнивать разные точки зрения, аргументировать и отстаивать свою точку зрения;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласований и учета интересов;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникативных технологий (ИКТ-компетенций).

Предметные результаты:

Обучающиеся научатся:

- узнают о здоровом образе жизни;
- узнают питательные вещества, необходимые организму;
- режиму и рациону питания;
- правилам гигиены питания;
- правилам ответственного покупателя;
- правилам безопасного обращения с кухонной техникой, сервировкой стола и правила этикета;
- узнают традиции и обычаи питания в разных странах;
- узнают историю и культуру питания.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- заботе о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
- заботиться о здоровье и укреплять собственное здоровье;
- проведению несложных экспериментов, проведению анкетирования,
- полезным привычкам и навыкам в области правильного питания.

Календарно-тематическое планирование

1 класс

| № п/п | Тема | Элементы содержания | Планируемые результаты | Вид контроля | Инф-методич. обеспеч |
|-------|--------------------------------|------------------------------------|--|--|--|
| 1-4 | Если хочешь быть здоров | Здоровье, питание, правила питания | формировать представление о ценности здоровья, значении правильного питания | Групповой, фронтальный, индивидуальный | Учебные пособия, дидактические таблицы, схемы, интерактивная доска, компьютер, проектор. |
| 5-8 | Самые полезные продукты | Продукты, блюда, здоровье | формировать представление о продуктах ежедневного рациона; продуктах, которые нужно есть часто; продуктах, которые нужно есть иногда формировать представление о том, какие продукты наиболее полезны для человека формировать представление о необходимости ответственно относиться к своему здоровью и питанию | | |
| 8-12 | Как правильно есть | Питание, здоровье, правила гигиены | развивать представление об основных правилах гигиены питания, важности их соблюдения развивать основные гигиенические навыки, связанные с питанием | | |
| 13-16 | Удивительные | Здоровье, питание, | формировать представление о роли регулярного питания для | | |

| | | | | | |
|--------------|---|--|--|--|--|
| | превраще ния пирожка | режим | здоровья формировать представление об основных требованиях к режиму питания | | |
| 17-20 | Из чего варят каши, и как сделать кашу вкусной | Завтрак, режим, меню, каша, крупа | формировать представление о завтраке как обязательной части ежедневного меню расширить представление о блюдах, которые могут входить в меню завтрака формировать представление о каше как полезном и вкусном блюде | | |
| 20-23 | Плох обед, если хлеба нет | Обед, блюдо, первое блюдо, второе блюдо, десерт, закуска, меню | формировать представление об обеде как обязательной части ежедневного меню формировать представление об основных блюдах, входящих в состав обеда, об опасности питания «всухомятку» | | |
| 24-27 | Полдник. Время есть булочки | Полдник, меню, хлебобулочные изделия, молоко и молочные продукты | формировать представление о полднике как обязательной части ежедневного меню формировать представление о продуктах и блюдах, которые могут быть включены в меню полдника | | |
| 28-31 | Пора ужинать | Ужин, меню | формировать представление об ужине как обязательной части ежедневного меню расширить представление о блюдах, которые могут быть включены в меню ужина | | |
| 32-33 | Наши итоги | тест | чему научились за год | | |

Ученики должны знать:

- полезные продукты;
- правила этикета;
- роль правильного питания в здоровом образе жизни.

После первого года обучения ученики должны уметь:

- соблюдать режим дня
- выполнять правила правильного питания;
- выбирать в рацион питания полезные продукты

Календарно-тематическое планирование

2 класс

| № п/п | Тема | Вид контроля | Инф-методич. обеспеч. | Планируемые результаты | Элементы содержания |
|-------|---|--|--|--|--------------------------|
| 1-4 | Где найти витамины весной | Групповой, фронтальный, индивидуальный | Учебные пособия, дидактические таблицы, схемы, интерактивная доска, компьютер, проектор. | формировать представление о роли витаминов для здоровья человека, основных продуктах — источниках витаминов формировать представление о важности и необходимости включения в рацион питания растительной пищи | Витамины, фрукты, овощи |
| 5-8 | Как утолить жажду | | | формировать представление о роли воды для организма человека расширить представление о разнообразии напитков, пользе различных видов напитков | Жажда, здоровье, напитки |
| 8-12 | Что надо есть, если хочешь стать сильнее | | | расширить представление о роли спорта для сохранения и укрепления здоровья формировать представление о продуктах и блюдах, которые нужно включать в рацион питания человека, занимающегося спортом | Здоровье, спорт, питание |

| | | | | | |
|-------|---|--|--|--|---|
| 13-16 | На вкус и цвет товарищей нет | | | <p>познакомить детей с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов и блюд</p> <p>формировать представление о том, как происходит распознавание вкуса</p> <p>формировать умение описывать вкусовые свойства продуктов и блюд</p> | Вкус, блюда, продукты |
| 17-20 | Овощи, ягоды и фрукты — витаминные продукты | | | <p>расширить представление о пользе фруктов и овощей как об источниках витаминов</p> <p>расширить представление об ассортименте блюд, которые могут быть приготовлены из растительной пищи</p> | Овощи, фрукты, витамины, здоровье |
| 20-23 | Каждому овощу — свое время | | | <p>развивать представление о пользе фруктов и овощей</p> <p>формировать представление о сезонных фруктах и овощах</p> | Овощи, фрукты, витамины, здоровье |
| 24-27 | Праздник урожая | | | <p>обобщить знания о правильном питании</p> <p>расширить представление о наиболее полезных продуктах и блюдах</p> | Питание, здоровье, блюда |
| 28-32 | Из чего состоит наша пища | | | <p>формировать представления об основных питательных веществах и их роли для организма человека, продуктах и блюдах — источниках питательных веществ</p> <p>формировать</p> | Белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества, рацион |

| | | | | | |
|-------|------------|--|--|--|------|
| | | | | представления о важности разнообразного питания для здоровья человека | |
| 33-34 | Наши итоги | | | чему научились за год | тест |

Предполагаемые результаты 2-го года обучения.

Обучающиеся должны знать:

- основные правила питания;
- важность употребления в пищу разнообразных продуктов;
- роль витаминов в питании.

После 2-года обучения должны уметь:

- соблюдать гигиену питания;
- готовить простейшие витаминные салаты;
- выращивать зелень в горшочках.

Календарно-тематическое планирование

3 класс

| № п/п | Тема | Планируемые результаты | Элементы содержания | Вид контроля | Инф-методич. обеспеч. |
|-------|---|---|--|--|--|
| 1-2 | Что нужно есть в разное время года | <ul style="list-style-type: none"> • формировать представление о сезонности питания — рационе питания в жаркое и холодное время года • расширять представление о значимости разнообразного питания • расширять представление о традиционных кухнях народов нашей страны | Питание, блюда, погода, кулинарные традиции | Групповой, фронтальной, индивидуальный | Учебные пособия, дидактические таблицы, схемы, интерактивная доска, компьютер, проектор. |
| 3-4 | Как правильно питаться, если занимаешься спортом | <ul style="list-style-type: none"> • развивать представление о зависимости рациона питания от физической активности человека • развивать представление о важности занятий спортом для здоровья | Здоровье, питание, спорт, рацион | | |
| 5-6 | Где и как готовят пищу | <ul style="list-style-type: none"> • формировать представление об основных правилах гигиены и техники безопасности, которые необходимо соблюдать на кухне во время приготовления пищи • развивать интерес и желание участвовать в приготовлении пищи, помогать родителям на кухне | Кухня, техника безопасности, кулинария, бытовая техника | | |
| 7-10 | Как правильно накрыть стол | <ul style="list-style-type: none"> • развивать представление о правилах сервировки стола • развивать желание и готовность помогать родителям по дому (накрывать стол) | Сервировка, столовые приборы, столовая и кухонная посуда | | |
| 11-14 | Молоко и молочные продукты | <ul style="list-style-type: none"> • развивать представление о молоке и молочных продуктах как обязательном компоненте | Молоко, молочные продукты, кисломолочные | | |

| | | | | | |
|-------|--|---|---|--|--|
| | | <p>ежедневного рациона</p> <ul style="list-style-type: none"> • расширять представление об ассортименте молочных продуктов, их пользе | продукты | | |
| 15-16 | Блюда из зерна | <ul style="list-style-type: none"> • развивать представление о продуктах и блюдах, приготавливаемых из зерна, как обязательном компоненте ежедневного рациона • развивать представление о пользе и значении продуктов и блюд, приготавливаемых из зерна • расширять представление об ассортименте зерновых продуктов и блюд | Зерно, злаки, зерновые продукты и блюда, хлебобулочные изделия | | |
| 17-20 | Какую пищу можно найти в лесу | <ul style="list-style-type: none"> • формировать представление о дикорастущих съедобных растениях, их полезности • расширять представление об ассортименте блюд, которые могут быть приготовлены из дикорастущих съедобных растений • расширять представление о разнообразии и богатстве растительных пищевых ресурсов своего края или области | Дикорастущие растения, съедобные растения, растительные ресурсы | | |
| 21-22 | Что и как можно приготовить из рыбы | <ul style="list-style-type: none"> • развивать представление о пользе и значении рыбных блюд • расширять представление об ассортименте блюд из рыбы • формировать представление о природных ресурсах своего края | Рыба, рыбные блюда | | |
| 23-24 | Дары моря | <ul style="list-style-type: none"> • формировать представление о морских съедобных растениях и животных, о многообразии блюд, которые могут быть из них приготовлены • формировать | Морепродукты | | |

| | | | | | |
|-------|---|--|---|--|--|
| | | представление о пользе морепродуктов, важности включения их в рацион | | | |
| 25-28 | «Кулинарное путешествие» по России | <ul style="list-style-type: none"> • формировать представление о кулинарных традициях и обычаях как составной части культуры народа • расширять представление о кулинарных традициях и обычаях края или области, в которой проживает ученик, а также о традициях и обычаях, сложившихся в других регионах нашей страны | Кулинария, кулинарные традиции и обычаи | | |
| 29-30 | Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен | <ul style="list-style-type: none"> • расширять представление о блюдах, которые могут быть приготовлены из традиционных «обычных» продуктов • развивать интерес к приготовлению пищи | Кулинария, питание, здоровье, блюда | | |
| 31-32 | Как правильно вести себя за столом | <ul style="list-style-type: none"> • развивать представление об этикете как норме культуры, важности соблюдения правил поведения за столом • формировать представление о праздничной сервировке стола | Этикет, правила поведения за столом, сервировка | | |
| 33-34 | Наши итоги | <ul style="list-style-type: none"> • чему научились за год | тест | | |

Предполагаемые результаты 3-го года обучения должны знать:

- при недостатке того или иного питательного вещества организм не может справляться с работой;
- основные отличия рациона питания в летний и зимний периоды;
- здоровье и внешность человека во многом зависит от него самого;
- условия хранения продуктов;
- правила сервировки стола;
- важность употребления молочных продуктов.

После третьего года обучения ученики должны уметь:

- составлять меню;
- соблюдать правила техники безопасности при использовании кухонных принадлежностей и бытовых приборов;
- различать столовые приборы и столовую посуду, которая используется к завтраку, обеду.

Календарно-тематическое планирование

4 класс

| № п/п | Тема | Планируемые результаты | Элементы содержания | Вид контроля | Инф-методич. обеспеч. |
|-------|--|---|---|--|--|
| 1 | Здоровье — это здорово | развивать представления о ценности здоровья и роли правильного питания в его сохранении развивать представление об ответственности человека за свое здоровье формировать умение оценивать свой образ жизни, его соответствие понятию «здоровый» | Здоровье, питание, образ жизни | Групповой, фронтальной, индивидуальный | Учебные пособия, дидактические таблицы, схемы, интерактивная доска, компьютер, проектор. |
| 2 | Продукты разные нужны, блюда разные важны | развивать представление об основных питательных веществах и их роли для организма формировать умение оценивать свой рацион питания | Белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества, рацион | | |
| 3 | Режим питания | развивать представление о роли регулярного питания для сохранения здоровья формировать представление о разных типах режима питания формировать умение планировать свой день с учетом необходимости регулярно питаться | Режим питания, режим дня, образ жизни | | |
| 4 | Энергия пищи | развивать представление об | Калории, калорийность, | | |

| | | | | | |
|-----|-----------------------------------|---|---|--|--|
| | | <p>адекватности питания, его соответствии образу жизни, возрасту</p> <p>развивать представление о влиянии питания на внешность человека</p> <p>формировать представление о пище как источнике энергии, различной энергетической ценности продуктов питания</p> | <p>высококалорийные и низкокалорийные продукты</p> | | |
| 5 | Где и как мы едим | <p>развивать представление о правилах гигиены питания, важности полноценного питания и опасности питания «всухомятку»</p> <p>формировать представление о системе общественного питания, правилах, которые необходимо соблюдать во время посещения столовой, кафе и т.д.</p> | <p>Общественное питание, правила гигиены, режим питания</p> | | |
| 6 | Ты — покупатель | <p>формировать представление о правах и обязанностях покупателя, поведении в сложных ситуациях, которые могут возникать в процессе совершения покупки</p> <p>формировать умение использовать информацию, приведенную на упаковке товара</p> | <p>Покупатель, потребитель, торговля, права покупателя</p> | | |
| 7-8 | Ты готовишь себе и друзьям | <p>развивать представления о правилах безопасного поведения на кухне, при использовании бытовых приборов</p> <p>развивать представление об этикете и правилах сервировки стола</p> | <p>Бытовая техника, кулинария, сервировка, этикет</p> | | |

| | | | | | |
|--------------|---|--|---|--|--|
| | | развивать интерес к процессу приготовления пищи формировать практические навыки приготовления пищи | | | |
| 9-10 | Кухни разных народов | формировать представление о факторах, которые влияют на особенности национальных кухонь (климат, географическое положение и т.д.) формировать представление о роли национальных кухонь в обеспечении полноценным питанием у жителей разных стран развивать чувство уважения и интереса к истории и культуре других народов | Кулинария, кулинарные традиции и обычаи, климат, географическое положение, культура | | |
| 11-12 | Кулинарная история | формировать представление о кулинарии как части культуры человечества расширять представление о традициях и культуре питания в различные исторические эпохи | История, эпоха, культура, кулинария | | |
| 13-14 | Как питались на Руси и в России | развивать представления об истории кулинарии и истории своей страны, традициях и обычаях питания своего народа развивать чувство гордости и уважения к истории своей страны | История, кулинария, традиции, обычаи, культура | | |
| 15-16 | Необычное кулинарное путешествие | развивать представления о культуре питания как составляющем компоненте общей культуры человека развивать культурный кругозор учащихся, | Культура, жанры живописи, музыкальные жанры, литература, кулинария | | |

| | | | | | |
|----|---|---|--|--|--|
| | | пробуждать интерес к различным видам искусства | | | |
| 17 | Составляем формулу правильного питания | подвести итоги работы с учебно-методическим комплектом, подсчитать набранные баллы проанализировать уровень освоения материала. | | | |

Предполагаемые результаты четвёртого года обучения

Ученики должны знать:

- кулинарные традиции своего края;
- растения леса, которые можно использовать в пищу;
- необходимость использования разнообразных продуктов,
- пищевую ценность различных продуктов.

должны уметь:

- приготовить блюдо, если набор продуктов ограничен,
- выбирать из набора продуктов наиболее полезные для организма;
- накрывать праздничный стол.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой программы «Разговор о правильном питании» в частности.

Принцип наглядности является одним из ведущих принципов обучения в начальной школе, так как именно наглядность лежит в основе формирования представлений об объектах природы и культуры человеческого общества.

В связи с этим главную роль играют средства обучения, включающие **наглядные пособия**:

- 1) гербарии ;продукты питания; микропрепараты; столовые приборы; бытовые приборы для кухни
- 2) *изобразительные наглядные пособия* – таблицы; муляжи, схемы, плакаты;

Другим средством наглядности служит оборудование для **мультимедийных демонстраций** (*компьютер, медиапроектор, DVD-проектор, видеомэгафон* и др.) и **средств фиксации окружающего мира** (*фото- и видеокамера*). Оно благодаря Интернету и единой коллекции цифровых образовательных ресурсов позволяет обеспечить наглядный образ к подавляющему большинству тем программы «Разговор о правильном питании».

Наряду с принципом наглядности в изучении программы «Разговор о правильном питании» в начальной школе важную роль играет принцип предметности, в соответствии с которым учащиеся осуществляют **разнообразные действия с изучаемыми объектами**. В ходе подобной деятельности у школьников формируются практические умения и навыки, обеспечивается осознанное усвоение изучаемого материала.

В начальной школе у учащихся начинают формироваться познавательные интересы, познавательная мотивация. В этом возрасте у большинства школьников выражен интерес к изучению природы, человеческих взаимоотношений, поэтому изучение курса «Разговор о правильном питании», насыщенного сведениями о живой и неживой природе, организме человека, различных сторонах общественной жизни, должно стимулировать формирование устойчивого познавательного интереса, его дальнейшее развитие. Этому в значительной мере способствует деятельностный, практико-ориентированный характер содержания программы «Разговор о правильном питании», а

также использование в ходе его изучения разнообразных средств обучения. К ним относится прежде всего *набор энциклопедий для младших школьников*, позволяющий организовать поиск интересующей детей информации.

Литература

- Программа «Разговор о правильном питании» М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2009.
- Программа «Две недели в лагере здоровья» М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2009.
- Программа «Формула правильного питания» М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2009.
- Сайт Nestle «Разговор о правильном питании» <http://www.food.websib.ru/>