

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4»

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора МАОУ СОШ № 4
О.М. Зориной
от 26.08.2024г. № 432



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«Здоровое питание»
для обучающихся 1-4 классов
на 2024-2025 уч. год

г. Чайковский, 2024г.

1. Пояснительная записка

Программа «Здоровое питание» 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).

Программа реализуется в рамках классных часов.

Возраст обучающихся – 6,5-11 лет;

Продолжительность занятия – 30 минут.

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

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:

1 раздел: Поговорим о продуктах

2 раздел: Гигиена питания

3 раздел: Режим питания

4 раздел: Витамины круглый год

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.

2. Планируемые результаты освоения курса «Здоровое питание»

Программа предусматривает достижение 3 уровней результатов:

<i>Первый уровень результатов</i> (1 класс)	<i>Второй уровень результатов</i> (2-3 класс)	<i>Третий уровень результатов</i> (4 класс)
---	---	---

<p>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.</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p>
---	--	--

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).

2. Содержание курса «Здоровое питание»

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 «Здоровое питание»

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 детей «Полезные привычки»	1	Анкетирование учащихся и родителей; дидактические и сюжетно-ролевые игры.
		Самые полезные продукты.	1	Чтение по ролям; творческая мастерская «Полезные продукты»;
		Экскурсия в магазин.	1	динамическая игра «Вкусные старты».
		Раздельное питание.	1	Экскурсия в магазин, заполнение дневника питания. Аукцион «Правильное питание»; конкурс семейных плакатов «Правила питания»; мини-исследование «Семейные традиции и гигиена питания».
Гигиена питания	3	Как правильно есть (гигиена питания).	1	Наблюдение за своим режимом питания; творческая мастерская «Режим питания»; чтение по ролям.
		Игра-инсценировка «Шел по городу волшебник».	1	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».
		Соревнования.		Ммини-проект «Путешествие зёрнышка», мини-исследование
		Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной.	2	«Мамина каша»; викторина «Знатоки злаков»
		Викторина «Печка в русских сказках».		Дидактические и образно-ролевые игры; чтение по ролям; конкурс загадок; рассказ по картинкам;
		Плох обед, если хлеба нет.	5	конкурс «Венок пословиц»; семейная фотовыставка «Секреты обеда».
Подготовка к «Празднику хлеба».		Дидактические игры; игра – демонстрация «Молоко – волшебный дар»; игра – дегустация «Молочные родственники»; игра-конкурс «Путешествие по Молочной реке»; семейная выставка – ярмарка «Просто, вкусно и красиво!»		
Игры: «Секреты обеда», «Советы хозяйки».				
Настольная игра.				

		<p>Полдник, время есть булочки.</p> <p>Конкурс – викторина «Знатоки молока».</p> <p>Игра «Кладовая народной мудрости».</p> <p>Пора ужинать.</p> <p>Практическая работа «Приготовление бутербродов».</p> <p>Экскурсия в столовую.</p>		<p>Дидактические игры; чтение по ролям; игра «Объяснялки»; игра – дегустация «Запеканки»; семейный конкурс бутербродов; фотовыставка «Мой любимый бутерброд, отправляйся прямо в рот!»</p> <p>Экскурсия.</p>
Витамины круглый год	12	<p>Где найти витамины весной.</p> <p>Практическая работа «Проращивание репчатого лука (овса)».</p>	2	<p>Фотовыставка «Где найти витамины весной»</p> <p>Практическая работа по выращиванию лука, овса</p>
		<p>На вкус и цвет товарищей нет.</p> <p>Практическая работа «Определи вкус продукта».</p>	2	<p>Дидактические игры. Практическая работа по определению вкуса продуктов</p>
		<p>Экскурсия в магазин (киоск) «Соки. Воды».</p> <p>Если хочется пить.</p>	2	<p>Экскурсия в магазин.</p> <p>Игра «Если хочется пить».</p>
		<p>Велосипедный спорт (прогулка на велосипедах).</p> <p>Что надо есть, если хочешь стать сильнее.</p>	2	<p>Фотовыставка «Мой двухколесный друг». Дидактические игры; чтение по ролям.</p>
		<p>Работа на участке.</p> <p>Посадка лука.</p>	1	<p>Работа на участке.</p>
		<p>Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты.</p> <p>Каждому овощу - своё время .</p> <p>Викторина «Знатоки здорового питания».</p>	3	<p>Конкурс семейных плакатов «Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты»;</p> <p>Дидактические и образно-ролевые игры; чтение по ролям; конкурс загадок .</p> <p>Проведение викторины</p>

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 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-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	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 карлингга»; «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»				
Мини-исследование «В царстве пряностей»	3			

		<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	«Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты»	4	<p>Рассказ по картинкам.</p> <p>Праздник «Дары осени».</p> <p>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»,</p> <p>КВН «Азбука правильного питания»; семейный конкурс «Знатоки здорового питания».</p> <p>Создание классной кулинарной книги «Питание и здоровье».</p>
		Праздник «Дары осени»		
		«Каждому овощу своё время»		
		Мини-исследования «Вершки и корешки»		
		Беседа с врачом «Чеснок и лук от всех недугов»	1	
		Конкурс «Реклама овощей»	4	
		Семейная выставка «Овощной ресторан»		
		КВН «Азбука правильного питания»		
		Семейный конкурс «Знатоки здорового питания»		
		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. <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 Руси.	4	

		Экскурсия в школьную столовую.		
		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 игра «На кухне». Приглашаем на обед. <i>Практическое занятие.</i> Разгадывание кроссворда «Федорино горе». Конкурс загадок. <i>Подведение итогов.</i>	4	

4 класс				
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
Поговорим о	5	Какую пищу можно найти в лесу	1	Экскурсия «Полезные растения»;

продукта х		Экскурсия «Полезные растения»; «Полезные грибы»	1	«Полезные грибы»; обработка и оформление материала по итогам урока-путешествия «Полезные грибы» (составление игр, загадок, кроссвордов и т.п.).
		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».	3	

		Мини-исследование «От костра до микроволновки»		
		Творческая мастерская «Салфетная фантазия».	2	
		Творческая мастерская «Салфетницы своими руками»		
		Проект «Интервью на кухне»	1	
		Конкурс рисунков «Мое любимое блюдо».	3	
		Творческая мастерская «Фруктово-овощная фантазия».		
		Экскурсия на предприятие общественного питания		
Витамины круглый год	12	Дары моря. Экскурсия в океанариум. Творческая мастерская «Морские обитатели». Устный журнал для малышей «Полезные морские обитатели». Проект «Морские обитатели Черного моря». Викторина «Знаешь ли ты морских обитателей».	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.

	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	

5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<i>1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</i>		
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
<i>2. Технические средства обучения</i>		
1.	Телевизор	1
2.	Музыкальный центр	1
3.	Видеопроектор	1
4.	Компьютер	1
<i>3. Экранно-звуковые пособия</i>		
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. Твое 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