

Название конкурсной работы	<i>«Две недели в лагере здоровья»</i>
Ф. И. О. автора, должность, контактный телефон	<i>Медведева Ольга Николаевна учитель начальных классов, т. 8 9228596679, 8(35327)29688</i>
Школа	<i>Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Трудовская средняя общеобразовательная школа»</i>
Адрес , электронная почта	<i>461177, Оренбургская обл., Ташлинский р-н, с. Трудовое, ул. Школьная 3А 89top89@mail.ru</i>
Возраст обучающихся	<i>9 – 10 лет</i>
Используемая часть программы «Разговор о правильном питании»	<i>«Две недели в лагере здоровья»</i>

Описание системы работы по реализации второй части программы «Две недели в лагере здоровья»

*Мы программу изучаем -
День здоровыми встречаем.
Знают взрослые и дети
Лучше нет программ на свете!*

В1-2 классе мы с ребятами изучали первую часть программы – «Разговор о правильном питании». Работа по данной программе позволяет обратить внимание детей и их родителей на проблему нерационального питания в современном обществе. Значение изучения программы «Разговор о правильном питании» состоит в том, что воспитание культуры здоровья начинается в раннем детстве и младший школьный возраст является одним из главных этапов ее формирования. Учащиеся начинают больше внимания обращать на то, что они едят, когда едят, какие гигиенические нормы соблюдают при этом, расширяются и углубляются знания детей о продуктах питания, их пользе, разнообразии, вкусовых качествах.

Приоритетной задачей нашего региона является охват горячим питанием всех обучающихся в школах. Это питание должно быть не только вкусным, но и полезным. Данные программы тесно связаны и способствуют развитию основ правильного питания у детей. Формируя знания и ценностные установки, связанные с культурой питания у школьников, мы строим будущее нашего города.

В 3 классе изучаем вторую часть программы – «Две недели в лагере здоровья». Содержание данной программы позволяет реализовать актуальную задачу современного образования – обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства, развитие личностных принципов здорового питания.

Основные воспитательные задачи реализации второй части программы включают в себя:

- ✓ привитие учащимся стремление к здоровому образу жизни;
- ✓ воспитание культуры поведения за столом, в школе, на природе;
- ✓ пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- ✓ просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей младшего школьного возраста.

Основными образовательными задачами реализации второй части программы являются:

- ✓ расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;
- ✓ формировать навыки правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- ✓ формировать представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности.

При изучении программы «Две недели в лагере здоровья» самым результативным способом усвоения знаний является применение **технологии «обучения в сотрудничестве»**. При **обучении в сотрудничестве** особое внимание уделяется групповым целям и успеху всего коллектива, который может быть достигнут только в результате самостоятельной работы каждого члена группы в постоянном взаимодействии с другими ее членами при работе над темой (проблемой, вопросом), подлежащей изучению. Задача каждого ученика состоит не только в том, чтобы сделать что-то вместе, но и в том, чтобы узнать что-то вместе, чтобы каждый участник команды овладел необходимыми знаниями, сформировал нужные навыки. Одной из составных частей **технологии «обучения в сотрудничестве»** является взаимодействие учащихся и их родителей в процессе изучения материала, проектно-исследовательской деятельности, в коллективно-творческих делах.

Главная идея обучения в сотрудничестве может быть сформулирована так:

учиться вместе, а не просто что-то выполнять вместе.

Основные принципы обучения в сотрудничестве:

➤ ***Взаимозависимость членов группы***, которую можно создать на основе:

- единой цели, которую можно достичь только сообща;
- распределенных внутригрупповых ролей, функций;
- единого учебного материала;
- общих ресурсов;
- одного поощрения на всех.

➤ ***Личная ответственность каждого.***

Каждый участник группы отвечает за собственные успехи и успехи товарищей.

➤ ***Равная доля участия каждого члена группы.*** Совместная учебно-познавательная, творческая и другая деятельность учащихся в группе на основе взаимной помощи и поддержки достигается, как правило, либо выделением внутригрупповых ролей, либо делением общего задания на фрагменты.

➤ ***Рефлексия*** – обсуждение группой качества работы и эффективности сотрудничества с целью дальнейшего их совершенствования.

Основные формы работы: индивидуальная, групповая, парная, коллективная.

Тематическое планирование второй части программы «Две недели в лагере здоровья»

Реализация программы «Две недели в лагере здоровья» проходит в рамках классных часов и внеклассных мероприятий в течение всего учебного года. Тематическое планирование программы составлено с учётом объёма изучаемого материала, возрастных особенностей учащихся, их интеллектуальных и творческих возможностей и в соответствии с особенностями нашего региона. Данная программа состоит из **14 тем**, которые рассчитаны на **32 занятия**, включающие **практические (П/З) и теоретические (Т/З) занятия**. Временные рамки проведения занятий варьируют **от 20 минут до 1 часа** в зависимости от темы и цели проведения занятий (см. Приложение 6).

Основные формы и направления педагогической работы, используемые при реализации второй части программы «Две недели в лагере здоровья»

1. Вводное занятие «Давайте познакомимся!» - 2 занятия

Задачи: познакомить учащихся с целями и задачами курса. Обобщить уже имеющиеся знания об основах рационального питания, полученные ими при изучении первой части программы «Разговор о правильном питании».

1 занятие (Т/З) предполагается познакомить детей с новым учебником: с героями, условными обозначениями, темами занятий, вспомнить особенности нашего края.

2 занятие (П/З): «Вспоминаем то, что знаем» проводится в форме игрового путешествия по разным разделам первой части программы «Разговор о правильном питании». Ребята к уроку заранее готовят различные игры, которые они придумывают и изготавливают в группах. Эти игры направлены на повторение и закрепление знаний о правильном питании. На уроке школьники «путешествуют» по игровым станциям, проверяют свои знания в ходе игры.

2.«Из чего состоит наша пища»- 2 занятия

Задачи: дать детям представление об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме; формировать представление о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья.

1 занятие (Т/З)- ребята заполняют «Дневник здоровья», из презентации узнают о составе пищи человека, знакомятся, какие продукты должны входить в суточный рацион школьника, участвуют в игре «Меню литературных героев», обсуждают в группах, какие питательные вещества входят в состав продуктов, которыми питались литературные герои.

2 занятие (П/З)-проводится коллективное исследование на тему: «Домашний завтрак и школьный обед». Выбираются несколько меню домашнего завтрака учеников класса, дети дают экспертную оценку содержания в завтраке необходимых питательных веществ. Затем на рассмотрение берутся несколько меню обедов в школе, ребята анализируют их с точки зрения соответствия изученным требованиям к суточному рациону школьников. Коллективно делается вывод о рациональности питания дома и в школе. Ученики вносят свои предложения по дополнению ежедневного меню необходимыми продуктами.

3. «Что нужно есть в разное время года» - 2 занятия

Задачи: *формировать представление об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах, вызывающих изменение в рационе питания; познакомить с блюдами, которые могут использоваться в летний и зимний периоды, расширить представление о пользе овощей, фруктов, соков.*

1 занятие (Т/З и П/З)-из презентации учащиеся узнают, что нужно есть в разное время года. Ребята отправляются в воображаемое путешествие и исследуют, что употребляют в пищу разные народы. Затем учащиеся делятся на группы по 5 человек для составления меню. Каждая группа получает листок для меню летнего или зимнего дня. После окончания работы представители команд рассказывают о своей работе, обосновывают выбор блюд. В конце урока проводится игра «Пословицы-перевёртыши», которая является подготовительным этапом к следующему занятию.

2 занятие(П/З)- проводится **исследовательская работа учащихся по группам на тему: «Русская народная мудрость о правильном питании»**. Каждая группа работает с различными литературными источниками в поисках пословиц, затем коллективно обсуждается их смысловое значение. В заключении ребята оформляют книжку-самоделку «Пословицы о правильном питании».

4.«Как правильно питаться, если занимаешься спортом» - 3 занятия

Задачи:*формировать у детей представление о зависимости рациона питания от физической активности; научить оценивать свой рацион питания с учётом собственной физической активности.*

1 занятие (Т/З)-с помощью **презентации** школьники знакомятся с особенностями питания юных спортсменов, с правилами здоровья, начинают вести дневник «Мой день», для оценки ежедневной физической активности, включаются в игру «Меню богатыря», благодаря которой закрепляют знания по теме урока.

2 занятие(П/З)- ученики работают **в мини-группах и составляют меню спортсмена**. Группы могут формироваться по интересам к какому-либо виду спорта, или по роду занятий учащихся, или просто произвольно. Члены группы распределяют между собой роли: ведущий, составители, оформители, докладчик. По окончании работы ребенок-«докладчик» рассказывает о проделанной работе, отстаивает выбор рациона питания, доказывая его положительные стороны.

3 занятие (П/З) -Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья. Участвуют семейные команды, которым предлагаются спортивные задания и вопросы викторины, связанные с правильным питанием. После соревнований все приглашаются за «Спортивный стол».

5.«Где и как готовят пищу» - 2 занятия

Задачи: *дать представление о предметах кухонного оборудования, их назначения; познакомить детей с одним из основных принципов устройства кухни – строгое разграничение готовых и сырых продуктов.*

1 занятие (Т/З)- дети знакомятся с правилами безопасности на кухне во время приготовления пищи, организуется экскурсия в школьную столовую. Дети знакомятся с кухонным оборудованием, с некоторыми секретами технологии приготовления пищи. Потом идёт работа в группах «Интервью на кухне». Учащиеся задают вопросы работникам столовой о том, какие профессии нужны, чтобы обеспечить правильное питание школьников, какие правила гигиены нужно соблюдать при работе в столовой, как приготовить такое большое количество блюд для питания детей и т.д.

2 занятие (П/З)- **используется презентация**, составленная учащимися, родителями и учителем по материалам экскурсии. Затем проводится **исследовательская работа** учащихся (коллективная) **«От костра до микроволновки»**. При помощи различных источников информации (энциклопедий, художественных книг, справочников, ИНТЕРНЕТ) ребята изучают историю приготовления пищи человеком от первобытных времён до сегодняшнего дня, а также приспособления и современное оборудование для приготовления различных блюд.

6.«Как правильно накрыть стол» - 3 занятия

Задачи: *расширить представление детей о предметах сервировки стола, правилах сервировки стола для ежедневного приёма пищи; помочь детям осознать важность знаний правил сервировки стола, соблюдения этих правил как проявления уровня культуры человека.*

1 занятие (Т/З и (П/З)- из презентации и рассказа учителя ребята узнают, как правильно сервировать стол для ежедневного приема пищи, знакомятся с разнообразием столовой посуды и приборов, историей их появления в обществе. Потом проводится соревнование «Накрываем стол». Учащиеся класса делятся на три группы и сервируют столы: 1 группа – к завтраку, 2 группа – к обеду, 3 группа – к ужину. Родители им помогают и оценивают их работу по пятибалльной системе. В конце урока организуется практическое занятие «Украшаем стол», где учащиеся знакомятся с историей салфетки и с простейшими способами её складывания. Итогом занятия является весёлая игра «Чудо-сервировка», дети находят лишние предметы на столе во время обеда.

2 занятие(П/З)- проводится **исследовательская работа учащихся (групповая)** **«Посуда в русских сказках»**. Ребята в группах вспоминают и анализируют русские сказки, в которых встречается упоминание о посуде или кухонном оборудовании. Результаты своих исследований ученики оформляют в форме рисунков к сказкам.

В классе оформляется «Сказочная галерея».

3 занятие (П/З)-Конкурс «Очумелые ручки». Изготовление салфетницы.

Дети заранее продумывают эскизы оформления подставок под салфетки. Работая в группах, они создают необычные салфетницы своими руками.

7. «Молоко и молочные продукты» - 3 занятия

Задачи: *расширить представление детей о молоке и молочных продуктах как обязательно компоненте ежедневного рациона; об ассортименте молочных продуктов и их свойствах.*

1 занятие (Т/З)- из презентации и рассказа учителя ребята узнают о разнообразии молочных продуктов, их пищевой ценности и значении для здоровья человека. Школьники знакомятся с национальными кисло-молочными напитками, их вкусовыми особенностями и лечебными свойствами.

2 занятие(Т/З)-организуется встреча учащихся с технологом молочного комбината, которая рассказывает о своей профессии, «секретах» приготовления молочных продуктах и т.п.Затем проводится дегустация молочных продуктов, обсуждение их вкусовых качеств. Дети задают интересующие их вопросы специалисту.

3 занятие (П/З)-Проектная работа «Пейте, дети, молоко – будете здоровы!»

Цель:формирования представлений о значении молока и молочных продуктов.

8.«Блюда из зерна»-3 занятия.

Задачи: *расширить знания детей о полезности продуктов, получаемых из зерна; о традиционных народных блюдах, приготовляемых из зерна, традициях, связанных с их использованием.*

1 занятие (Т/З)- в презентацию к уроку включается материал предварительной групповой исследовательской работы учащихся «От зерна до каравая». Представитель каждой группы рассказывает о полученном в результате поиска материале. Таким образом, дети обмениваются информацией друг с другом и получают полную «картину» по данной теме.

2 занятие (Т/З)-Экскурсия на хлебозавод. Технолог производства рассказывает как хлеб на стол пришёл.

3 занятие (П/З)- Проектная работа «Виды хлебобулочных изделий». Ребята выполняют художественные работы из семян и зерен, дополняют их рецептами блюд, из выбранных для работы злаков, устраивают выставку во время перемен для учащихся начальной школы.

9.«Какую пищу можно найти в лесу» - 2 занятия

Задачи: расширить знания детей о дикорастущих растениях как источниках полезных веществ, возможности включения их в рацион питания; познакомить детей с флорой края, в которой они живут, её богатстве и разнообразии, необходимости заботиться и сохранять природные богатства.

Уроки по теме проводятся в форме **экскурсий или походов** в лес, на природу с целью найти пригодные для пищи растения, ягоды, грибы. В поиске принимают участие родители учащихся. Затем все собираются вместе и рассказывают о своих находках, их полезных свойствах и вкусовых качествах.

1 занятие (Т/З и П/З): урок-путешествие «Полезные растения»

2 занятие (Т/З и П/З): урок-путешествие «Полезные грибы»

10. «Что и как можно приготовить из рыбы» - 2 занятия

Задачи: расширить представление детей об ассортименте рыбных блюд, их полезности, о местной фауне, животных, которых человек использует в пищу.

1 занятие (Т/З) - из презентации дети узнают какая рыба водится в водоёмах Оренбургской области.

2 занятие (П/З)- дети в мини-группах выполняют **проектную работу «Книжка рецептов рыбных блюд»**. Затем в классе устраивается выставка книжек-самоделок.

11. «Дары моря» - 2 занятия

Задачи: расширить представление детей о морских съедобных растениях и животных, многообразии блюд, которые могут быть из них приготовлены; формировать представление о пользе морепродуктов, необходимости микроэлементов для организма.

1 занятие (Т/З): Экскурсия в магазин. Детям в магазине демонстрируются различные виды морепродуктов, а также йодобогатенные продукты.

2 занятие (П/З): Викторина «В гостях у Нептуна». Викторину проводят «Нептун» и «Русалки» (родители). Содержание туров составляют вопросы о морепродуктах и правилах питания.

12. «Кулинарное путешествие по России» - 2 занятия

Задачи: формировать представление о кулинарных традициях как части культуры народа; расширить представление о кулинарных традициях своего народа.

1 занятие (Т/З): Кулинарное путешествие по России Давным-давно. Презентация.

2 занятие (П/З)- организуется игра-проект «Кулинарный глобус». Класс делится на группы, в каждой группе есть помощник-консультант из родителей. На листочках

записываются названия разных стран. Каждая команда вытягивает себе листок. Команда должна найти и подготовить информацию о кулинарных традициях в той или иной стране.

13.«Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен»- 2 занятия

Задачи: *расширить представление о блюдах, которые могут быть приготовлены из традиционных продуктов, многообразии этого ассортимента; закрепить представление об основных требованиях, которые предъявляются к организации ежедневного рациона питания.*

1 занятие (Т/З)- проходит в форме выставки-конкурса «Овощной марафон», в которой участвуют команды учащихся и родители. Каждая группа заранее получила название овоща, который должен быть использован в приготовлении блюд. Участники оформляют столы разнообразными блюдами, готовят рассказ о них, представляют свой овощ с точки зрения вкусовых качеств и полезных свойств, обязательно один из участников демонстрирует его костюм.

2 занятие (П/З): Конкурс «На необитаемом острове». Детям предлагается разделить на команды. Каждая команда – пассажиры корабля, который потерпел крушение. У каждой команды – свой набор «ущевших» продуктов.

14.«Как правильно вести себя за столом» - 2 занятия

Задачи: *расширить представление детей о предметах сервировки стола, правилах сервировки праздничного стола; формировать представление о правилах поведения за столом, необходимости соблюдения этих правил как проявления уровня культуры человека.*

1 занятие (Т/З):изучение теоретического материала по рабочей тетради, подготовка к проведению игры.

2 занятие (П/З): **игра-соревнование «Мы вместе учим малышей».** Данная форма работы наиболее продуктивна, потому что в игре участвуют дети и родители, во время подготовки ребята самозакрепляют правила поведения за столом, да ещё делятся своими знаниями с малышами в игровой занимательной форме.

Описание системы работы с детьми при реализации второй части программы «Две недели в лагере здоровья»

Моя методика реализации программы «Разговор о правильном питании» основывается на теории педагогики сотрудничества. Главное в теории – идея совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скреплённой взаимопониманием. Принцип сотрудничества распространяется на все виды отношений учителя, учеников и родителей. В результате, мною разработана и апробирована система работы.

В ходе апробирования данной программы выявилась возможность использования различных образовательных технологий. Например, на одном из занятий «Две недели в лагере здоровья» в теме «Рацион питания» мы с детьми читали и анализировали стихотворение К.Чуковского «Барабек». После этого детям было предложено *поисковое задание*: определить примерную массу пищи, которую съедает каждый за один день. Кстати, ребятами было выявлено несколько способов: взвешивали дома свои порции, вставали на весы до и после приёма пищи, догадались посмотреть меню в столовой. На уроке математики дети подсчитали массу съеданной пищи за 1 день, неделю, месяц. От полученного результата дети ужаснулись... и возникла *проблемная ситуация*: куда всё это исчезает? Проблема разрешилась (достаточно легко и быстро благодаря созданной мотивации) на уроке окружающего мира «Обмен веществ». На следующем занятии «Две недели в лагере здоровья», *работая в группах*, дети рисовали (т.е. ребята были вовлечены *творческую деятельность*) и сравнивали меню ребёнка – спортсмена и ребёнка, который любит проводить время за компьютером. В результате дети самостоятельно сделали вывод: рацион питания должен соответствовать ведущим видам деятельности.

Тематика, предложенная программой «Разговор о правильном питании» позволяет решать поставленные задачи не только в рамках факультативной работы, но и на уроках по предметам базового учебного плана. Интеграция с другими учебными предметами представлена в виде схемы:



Успех обучения, выполнения поставленных целей зависит от способов их достижения. Поэтому, в ходе реализации программы я использую разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности.

1. Наиболее распространенными при этом являются игровые методики - ролевые, ситуационные, образно-ролевые игры (игры представлены в приложении №4), что наиболее соответствует возрастным особенностям младших школьников, обеспечивает условия для активного включения их в процесс обучения и стимулирует активное присвоение предъявляемых ценностных нормативов и навыков. Кроме того, дидактические игры формируют у детей навыки учебного сотрудничества, развивают творческие способности, умение работать самостоятельно, индивидуально и в группах, способствуют развитию психических процессов.

2. Задания, предлагаемые в рабочей тетради (авторы: Безруких М.М., Филиппова Т.А. Макеева А.Г.) также ориентированы на творческую работу ребёнка – самостоятельную или в коллективе. В процессе выполнения заданий в тетради дети делают записи, раскрашивают. Ребят привлекает работа с наклейками: это позволяет экономить время на занятии, формирует реалистичный образ изучаемых объектов, доставляет удовольствие детям.

3. В целях более эффективной реализации программы, кроме традиционных словесных (рассказ, объяснение, беседа, дискуссия) и наглядных (метод иллюстраций и метод демонстраций) методов, я использую такие формы занятий, которые предусматривают трансформацию и оригинальность стандартных способов организации.

4. Ведение своеобразного дневника (см. приложение №2) помогает моим ученикам вести наблюдение за своими физиологическими изменениями, осмыслить индивидуальный опыт организации питания, систематизировать полученные знания в виде выводов к занятиям.

5. Активно использую в работе технические средства обучения:

а) презентации (как авторские, так и презентации других педагогов, адаптированные в соответствии с особенностями учеников моего класса, целями и задачами конкретного занятия).

б) видео (фрагменты мультфильмов и художественных фильмов (например: м/ф «Дракоша на шоколадной фабрике», фрагмент х/ф «Девчата» о блюдах из картофеля, фрагмент х/ф «Джентельмены удачи» о приглашении к столу, фрагмент х/ф «Новогодние приключения Маши и Вити» о правилах гигиены (пирожки, яблочки) и меню бабы Яги, фрагмент х/ф «Иван Васильевич меняет профессию» о блюдах старинной кухни).

6. Демонстрация детских творческих работ создаёт положительную учебную мотивацию, ответственное отношение к учебному труду. Ребятами нашего класса проведены выставки

рисунков в школьной столовой, театрализация сказки для родителей, антиреклама чипсов для учеников начальных классов нашей школы.

7. Для придания занятиям практической целесообразности систематически провожу дегустацию продуктов питания под названием «Скатерть самобранка». Я (иногда совместно с родителями) подбираю продукты питания для дегустации. Дети стараются отгадать продукт, который они попробовали с закрытыми глазами. При этом они описывают свои ощущения. В случае затруднения можно снять с глаз ребёнка повязку.

Описание методики реализации занятия по второй части программы «Две недели в лагере здоровья» на тему: «Молоко и молочные продукты»

Цель: расширить представление детей о молоке и молочных продуктах как обязательно компоненте ежедневного рациона.

Задачи:

- помочь детям узнать, что молоко входит в состав многих продуктов; формировать исследовательские навыки (поиск информации в энциклопедиях и других литературных источниках, из общения с взрослыми, телевизионных передач и т.д.);
- развивать познавательный интерес к исследовательской деятельности, желание познавать новое; воспитывать умение работать в коллективе, желание делиться информацией, участвовать в совместной опытно-экспериментальной деятельности;
- познакомить со способами переработки молока на МПЗ «Ташлинский».

Форма проведения: беседа с элементами диалога, с использованием ИКТ; представление исследовательской и проектной работы; экскурсия на МПЗ «Ташлинский» и МТС АК Ташлинский.

Оборудование: молоко, пипетки, сливки, кефир, сметана, ряженка, ИКТ, выставка книг.

1-й этап - «Планирующий – подготовительный»

Подготовка информации по теме; совместный с детьми и их родителями поиск информации о важности молочных продуктов; выполнение заданий школьниками по поиску крупиц народной мудрости; подготовка эвристических вопросов для рефлексии по итогам внеклассного занятия; подготовка стихотворного материала, соответствующего содержанию основных этапов занятия; подготовка презентации по теме; контроль и помощь в исследовательской работе; подготовка наглядности.

2-й этап – «Информационно-операционный»

1. Презентация и рассказ учителя о разнообразии молочных продуктов, их пищевой ценности и значении для здоровья человека.

2. Постановка целей (формулировка целей детьми)

3. Отгадывание загадок (Ученики самостоятельно подготовили слайды с загадками и представляют их остальным учащимся).

4. Чтение стихов детьми о молоке, молочных продуктах. Каждое стихотворение обсуждается.

5. Работа в рабочей тетради. Изучение питательных веществ, содержащихся в молоке.

6. Парная работа. Рассказать друг другу, какое сходство и различие заметили в составе данных молочных продуктов.

7. Беседа о необходимости ежедневного использования в пищу разных видов молочных продуктов, о важности соблюдения норм их использования. Беседа сопровождается рассказом учителя с применением ИКТ.

8.. Работа в рабочей тетради (отгадывание загадок, решение кроссворда).

9. Исследовательская работа. Организуется встреча учащихся с технологом молочного комбината, которая рассказывает о своей профессии, «секретах» приготовления молочных продуктах и т.п. Затем проводится дегустация молочных продуктов, обсуждение их вкусовых качеств. Дети задают интересующие их вопросы специалисту.

3-й этап – «Усвоения информации и придания ей личностного смысла»

1. Игра «Самый важный продукт».

Класс делится на группы, каждая группа получает справочный материал, о каком - то одном молочном продукте.

2. Представление проектной работы «Пейте, дети, молоко – будете здоровы!»

4-й этап – «Рефлексия»

Подведение итогов.

Механизм оценки методики

1. Структура. Дидактическая обоснованность выделения структурных элементов занятия.
2. Содержание:
 - научность;
 - доступность;
 - новизна;
 - доказательство знаний;
 - включение в содержание фактов, примеров, сведений, стимулирующих познавательные интересы.
3. Основные методы:
 - словесные (рассказ, объяснение, беседа, дискуссия);
 - наглядные (метод иллюстраций, метод демонстраций);
 - исследовательские;
 - практические.
4. Технологическое обеспечение занятия:
 - поисковый и исследовательский характер занятия;
 - организация самостоятельной познавательной деятельности учащихся, решение проблемно-познавательных задач;

- способы организации познавательной деятельности: парами, группами, индивидуальная работа.

5. Воспитывающие, развивающие функции контроля.

6. Наглядное и техническое оснащение занятия.

7. Педагогическая эффективность занятия (формирование познавательного интереса, развивающие и воспитывающие функции занятия).

Участие родителей в реализации второй части программы

«Две недели в лагере здоровья»

В процессе реализации программы я всегда помнила о существенном правиле: вся работа должна проводиться в системе и в союзе с родителями. Поддержка родителей, осознание ими важности и необходимости проводимой педагогом работы – неременное условие эффективности решения поставленных задач. На первом собрании моей основной задачей стало сделать родителей своими союзниками. Мы обсудили факторы, влияющие на успешное обучение младшего школьника. В итоге диспута пришли к выводу, что таковыми являются:

- генетические задатки;
- здоровье ребёнка;
- правильное питание;
- соблюдение режима дня;
- психологическая поддержка родителей;
- взаимоотношения ученик – учитель – родитель.

Из этих шести факторов мы подробно остановились на одном – правильном питании, так как оно значительно влияет на здоровье ребёнка в период обучения в школе. А поможет нам сохранить и укрепить здоровье детей программа «Две недели в лагере здоровья». Я познакомила родителей с целями и задачами программы, её тематикой. Родители получили информацию о необходимости соблюдения режима питания, приняли активное участие в обсуждении вопроса по организации горячего питания в школе.

В связи с продлённым учебным днём, интенсивности нагрузки организовано и сбалансировано ежедневное горячее питание (по решению родительского собрания).

К концу третьего года обучения, родители стали активными участниками в подготовке и проведении эстафет, классных часов, исследовательской и проектной деятельности. Они являются организаторами экскурсий, походов, праздников.

Благодаря участию детей и родителей в совместной деятельности, увеличивается интерес учащихся к изучению правил рационального питания, укрепляется уверенность в своих силах, развивается творческий потенциал школьников, растёт заинтересованность родителей данной темой, расширяется их круг общения, появляется больше возможностей воздействовать на детей в сфере формирования культуры питания и соблюдения норм здорового образа жизни.

Оценка эффективности реализации второй части программы

«Две недели в лагере здоровья»

В процессе работы над реализацией программы «Две недели в лагере здоровья» хорошо себя зарекомендовало «обучение в сотрудничестве», т.к. работа в группах помогает проявиться лидерам, есть возможность распределить обязанности по интересам, узнать что-то новое от других детей. Ребятам понравилось совместно составлять меню сказочного героя, сочинять и инсценировать рекламу жевательной резинки, помогать Золушке разбирать крупу, придумывать сказку о грибах и ягодах.

В целях обобщения и систематизации знаний дети совместно с родителями выполняют творческие задания: рисуют плакаты, составляют кроссворды, готовят устные сообщения, сообщения с презентацией.

В ходе реализации программы повысился эмоциональный настрой у ребят на занятиях, качество знаний. Дети смогли осознать важность правильного питания. 100% обучающихся моего класса получают горячее питание. Дети моего класса могут объяснить: какие продукты полезные и почему; что надо есть, если хочешь быть здоровым и сильным; в каких продуктах можно найти витамины весной и осенью; какую пищу можно найти в лесу; что и как приготовить из рыбы; как правильно накрыть стол; как правильно вести себя за столом.

Как показывают опросы родителей, программа "Две недели в лагере здоровья" позволяет реально сформировать у детей полезные навыки и привычки в области рационального питания, готовность выполнять правила здорового питания, а также определенные вкусовые предпочтения. Дети самостоятельно выбирают наиболее полезные продукты и блюда для своего рациона.

Более того, по признанию большинства родителей, программа " Две недели в лагере здоровья" оказывает положительное влияние на организацию и структуру питания в семье, сделав их более эффективными и полезными.

В результате последнего исследования выявлено, что у детей в рейтинге любимых продуктов питания более высокое место заняли молочные продукты (78%), каши (84%), фрукты, овощи и соки (96%). Ребята реже стали называть в качестве любимых продуктов кондитерские изделия, чипсы, сухарики, газированные напитки, значительная часть детей относит их к числу опасных продуктов. Увеличилось количество детей, ежедневно употребляющих молочные продукты, сливочное и растительное масло, каши, соки, рыбу. Незначительно, но снизился уровень заболеваемости.

Дополнительные источники информации, используемые в конкурсной работе

Литература:

1. М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева Две недели в лагере здоровья/ Методическое пособие. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011. – 80 с.
2. М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева Две недели в лагере здоровья: Рабочая тетрадь. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012. – 72с.
3. Д. Джонсон, Р.Джонсон, Э.Джонсон-Холубек. Методы обучения. Обучение в сотрудничестве: Пер. с англ. СПб. 2001.
4. Е. В. Езушина . Азбука правильного питания. - Волгоград: Учитель, 2008.
5. Е. Н. Землянская. Обучение в сотрудничестве/ Учитель. №3, 2002.

Анкета для родителей.

Ф.И. ребёнка _____

1. Перечислите принципы организации детского питания, которые вам известны.

2. О каких проблемах в организации детского питания вы знаете?

3. С какими проблемами в организации питания своего ребёнка вы сталкиваетесь?

4. Прививаете ли вы ребёнку правила питания? Какие? Как вы это делаете?

5. Заполните, пожалуйста, таблицу:

<i>Продукты питания в детском рационе.</i>				
	<i>Несколько раз в день.</i>	<i>1 раз в день.</i>	<i>Иногда.</i>	<i>Никогда.</i>
<i>Овощи.</i>				
<i>Фрукты.</i>				
<i>Молоко, молочные продукты</i>				
<i>Каши.</i>				
<i>Супы.</i>				
<i>Мясные блюда.</i>				
<i>Рыбные блюда.</i>				
<i>Колбасные изделия.</i>				
<i>Кондитерские изделия/сладости.</i>				
<i>Газированные напитки.</i>				

Чипсы, сухарики.				
------------------	--	--	--	--

6. Считаете ли необходимым внедрение программы о правильном питании в цикл школьных предметов? _____

7. Какую помощь в организации детского питания готовы предложить?

8. О каких индивидуальных особенностях своего ребёнка хотели бы предупредить школьных работников?

Анкета для детей.

* Предварительно читается рассказ В Драгунского «Что любит Мишка».

Ф.И. ребёнка _____

1. Нарисуй в левой рамочке продукты, которые ты любишь, в правой – не любишь. Если можешь, подпиши рисунки.

--	--

2. Заполни, пожалуйста, таблицу (возможно с помощью учителя):

<i>Продукты питания в твоём рационе.</i>
--

	<i>Несколько раз в день.</i>	<i>1 раз в день.</i>	<i>Иногда.</i>	<i>Никогда.</i>
<i>Овоци.</i>				
<i>Фрукты.</i>				
<i>Молоко, молочные продукты</i>				
<i>Каши.</i>				
<i>Супы.</i>				
<i>Мясные блюда.</i>				
<i>Рыбные блюда.</i>				
<i>Колбасные изделия.</i>				
<i>Кондитерские изделия/ сладости.</i>				
<i>Газированные напитки.</i>				
<i>Чипсы, сухарики.</i>				

3. Назови правила питания, которые ты знаешь (запись ведёт учитель).

ДНЕВНИК ЗДОРОВЬЯ

Меня зовут _____

Мне _____ лет, я учусь в _____ классе.

Моё увлечение: _____

Любимый вид спорта: _____

Любимое блюдо: _____

Месяц.	Мой рост.	Мой вес.	Окружность груди.	
			в покое	при вдохе
сентябрь				
октябрь				
ноябрь				
декабрь				
январь				

<i>февраль</i>				
<i>март</i>				
<i>апрель</i>				
<i>май</i>				
<i>июнь</i>				
<i>июль</i>				
<i>август</i>				

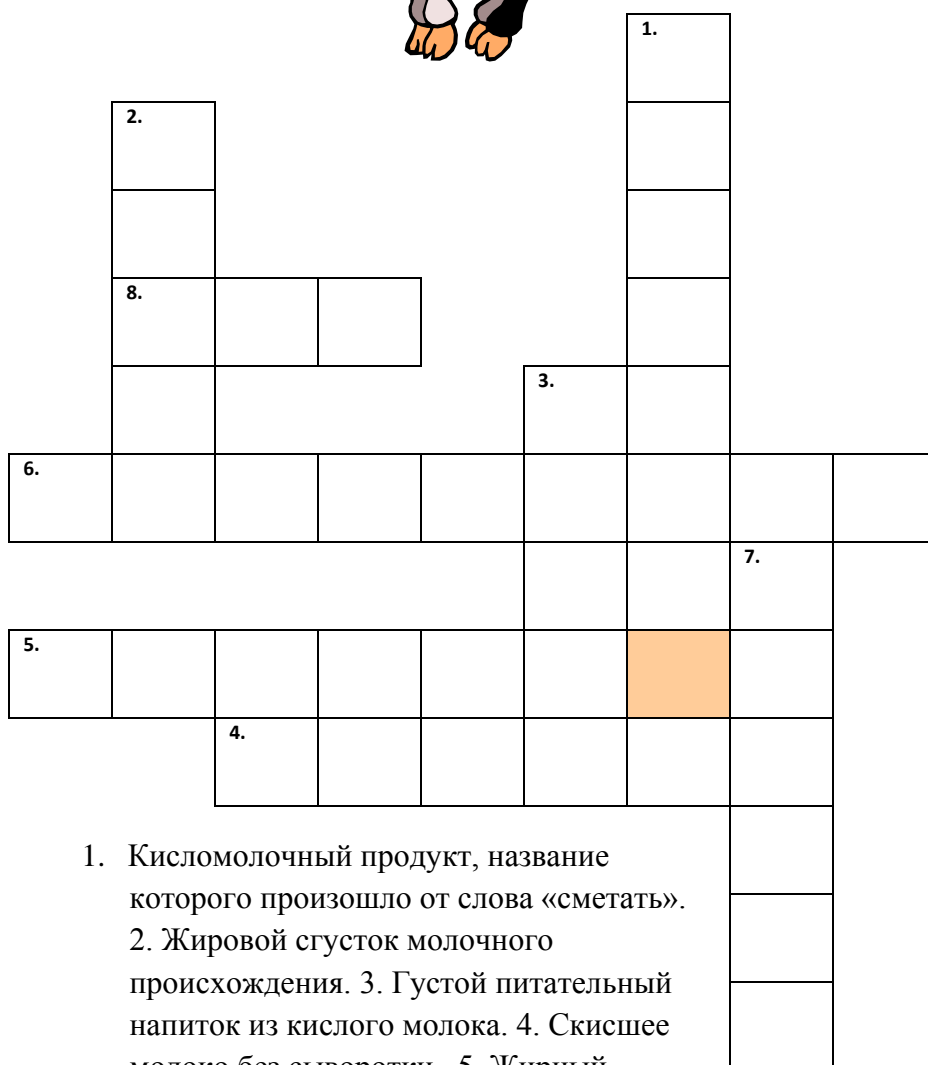
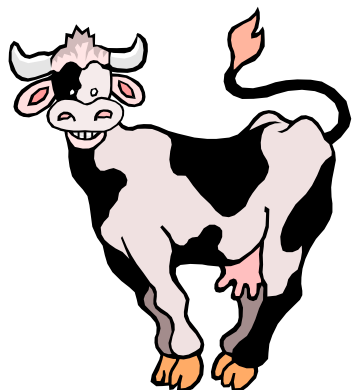
Наблюдения: _____

На занятиях «В лагере здоровья» я узнал:

Мне запомнилось как _____

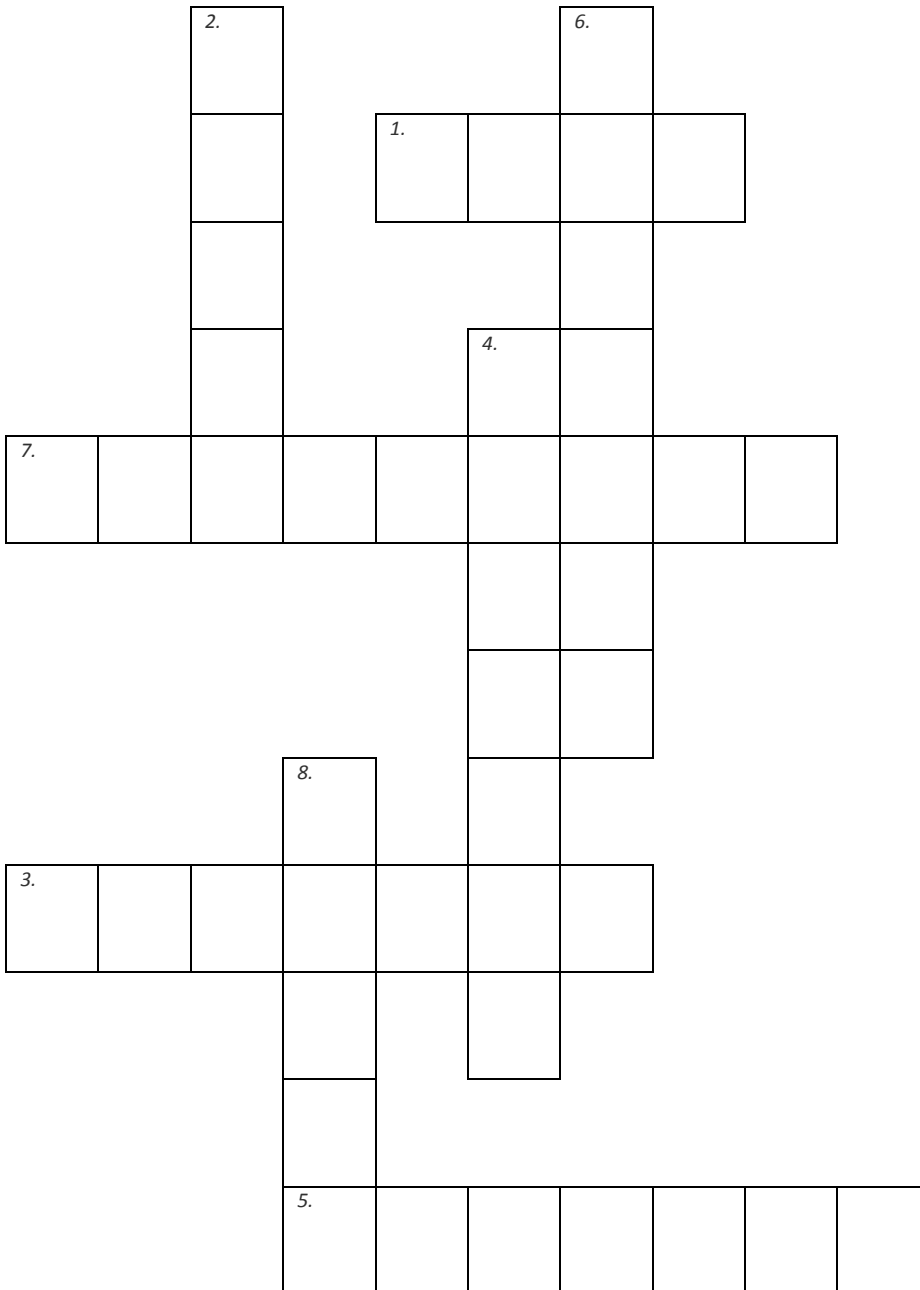
Мне понравилось _____

Кроссворд по теме «Молочные продукты».



1. Кисломолочный продукт, название которого произошло от слова «сметать».
2. Жировой сгусток молочного происхождения.
3. Густой питательный напиток из кислого молока.
4. Скисшее молоко без сыворотки.
5. Жирный верхний отстой молока.
6. Замороженное сладкое кушанье из сливок, сахара, сока.
7. Кислое молоко с фруктовыми добавками.
8. Твёрдая масса, получаемая путём специальной обработки молока (известно около 700 видов)

Кроссворд «Кулинарное путешествие по России»



1. Национальное блюдо Азербайджана из риса, баранины, приправ. 2. Грузинская хлебная лепёшка. 3. Украинские колобки. 4. Белорусские картофельные оладьи. 5. Горячий медовый напиток, популярный на Руси. 6. Еврейская закуска из сельди. 7. Праздничное мясное блюдо Башкирии. 8. Казахский напиток из кислого молока.

Ребусы.

п



п = м



Внеклассное мероприятие «Мы вместе учим малышей» по программе «Разговор о правильном питании» - « Две недели в лагере здоровья»

Цели: обобщить знания учащихся об основных правилах правильного питания; показать, что правильное питание – залог здоровья, хорошей физической формы и хорошего настроения; развивать умение правильно сервировать стол, соблюдать правила поведения во время еды, пользоваться столовыми приборами; воспитывать аккуратность; способствовать развитию эффективного взаимоотношения между детьми и родителями.

Оборудование: стулья, столики, столовые приборы: тарелки, вилки, ложки, овощи и фрукты, магнитофон, диски, плакаты, цветы, выставка рисунков уч – ся на тему «Полезные продукты».

Ход мероприятия:

I. Организационная часть.

1. Звучит музыка П.И. Чайковского «Вальс цветов», две пары уч – ся кружат в танце.

Зал оформлен под кафе. На сцене вывеска: кафе «Сказка».

За столиками сидят родители. В зале два демонстрационных столика и импровизированный магазин.

Учитель: Добрый день, дорогие гости! Мы рады вас приветствовать в нашем кафе. Сегодня вы будете не только в роли гостей, но и попробуете свои силы в искусстве приготовления блюд и сервировки стола.

Сегодня в нашем зале присутствует компетентное жюри (представление). Члены жюри выдают участникам за правильные ответы жетоны.

Максимальная оценка - 5 жетонов.

Значение питания в жизнедеятельности человека отражает выражение Г.Гейне «Человек есть то, что он ест», тем самым подчёркивая исключительную роль питания в формировании и тела, и поведения ребёнка. Характер питания оказывает влияние на рост, физическое и нервно – психическое развитие ребёнка. Правильное питание является абсолютно необходимым фактором для обеспечения нормального кроветворения, зрения, полового развития, для поддержания нормального состояния кожных покровов. Надо отметить, что здоровое питание определяет и степень выраженности защитной функции организма, повышая устойчивость детей к инфекциям,

к агрессивному воздействию внешней среды, тяжёлых металлов, радиоактивному облучению и к другим неблагоприятным воздействиям.

2. Уч–ся рассказывают стихи.

Суп « в стакане» - это круто!

Приготовлю за минуту!

«Кириешки» и хот – доги

Уплетём за обе щёки!

Чипсы- просто объеденье!

Все хрустим мы в упоенье!

Компот варить нам нет нужды –

Ты даже не пытайся!

Вот порошок – добавь воды

И соком наслаждайся!

«Чупа – чупсы» я люблю,

Наслаждаюсь ими.

«Кока колу» часто пью

С друзьями своими.

И жвачки и конфеты,

Вкусные сухарики,

Чипсы, «чупсики», хот – доги.

Всем нам очень нравятся!

Ученик: Нет! Нет! Нет! Это не про нас. После того, как мы изучили программу «Разговор о правильном питании» мы употребляем в пищу только полезные продукты.

Уч – ся поют на мелодию песни «Наш сосед» из репертуара Э.Пьехи.

Не нужны нам «кириешки»,

«Чипсы» - тоже не нужны.

Овощи, ягоды и фрукты

Для здоровья нам важны.
Будем пить сок натуральный,
И салаты будем есть,
Набираться витаминов,
Чтоб зимой не заболеть.
Припев: пап – пап, па - ра – па –пап – пап и.т.д.

II. Конкурсная часть.

1. Викторина.

Играют две

команды «Улыбка» и «Ручеёк», членами которых являются дети и их родители.

Вопросы командам задаются поочередно.

За правильные ответы во всех конкурсах команды получают жетоны. Каждый жетон - это балл.



- В какой сказке для спасения от Бабы Яги героям пришлось съесть молочка с киселём?
- В сказке «Каша из топора» солдат варил кашу. Что и в какой последовательности давала ему старуха?
- Что несла Красная Шапочка своей бабушке?
- Если поскрести по сусекам и помести по амбарам что, можно испечь?
- Как в сказке «Петушок и бобовое зёрнышко можно было добыть маслице?
- Чем угощали друг друга герои сказки «Лиса и Журавль»?
- Что любил Винни – Пух?
- Что посадил Дед и не мог вытянуть один?

Итог конкурса: команда «Улыбка» - 4 жетона, команда «Ручеёк» -3 жетона.

1. Тест.

1 вариант.

1. Укажи продукты растительного происхождения.

- а) Мясо.
- б) Картофель.
- в) Молоко.

2. Что нужно делать, если перед вами продукт, на упаковке которого нельзя прочесть его название?

- а) Купить.
- б) Спросить совета у товарища.
- в) Не нужно покупать этот продукт.

3. Какие предметы понадобятся вам для сервировки стола?

- а) Вилка.
- б) Кастрюля.
- в) Половник.

4. Что нужно сделать в первую очередь перед употреблением в пищу овощей и фруктов?

- а) Сварить.
- б) Очистить.
- в) Вымыть.

2 вариант.

1. Укажи продукты животного происхождения.

- а) Гречка.
- б) Картофель.
- в) Молоко.

2. Что надо делать, если перед вами продукт, на упаковке которого нельзя прочесть дату его изготовления?

- а) Купить.
- б) Спросить совета у товарища.
- в) Не нужно покупать этот продукт.

3. Что понадобится для приготовления салата?

- а) Молоко.

б) Сковорода.

в) Овощи.

4. Что лучше съесть на завтрак?

а) Кашу.

б) Мясо.

в) Суп.

Пока проверяется тест, уч – ся исполняют ритмический танец с обручами.

Итог конкурса

Сервировка стола.

Две команды должны показать, как они умеют быстро и правильно сервировать стол. (Дается 3 минуты. Во время конкурса звучит музыка).

Участники садятся за стол и демонстрируют, как правильно пользоваться столовыми приборами.

При подведении итога используются следующие критерии: правильность сервировки, эстетичность оформления, оригинальность.

Итог конкурса

2. Конкурс «Быстро, полезно и вкусно».

Конкурс состоит из двух этапов.

1 этап. Выбор блюда, покупка продуктов.

Участники конкурса отправляются в магазин за продуктами.

2 этап. Приготовление блюда.

Участники за демонстрационными столиками готовят из купленных продуктов салаты.

Используются варёные овощи, консервированный горошек, подсолнечное масло, обезжиренный майонез, йогурт, фрукты и др.

1 стол – команда «Улыбка».

Их выбор – овощи. Участники команды приготовили салат «Радуга»(примерный вариант).

Рецепт приготовления салата «Радуга»:

Продукты: морковь свежая, капуста свежая, свёкла варёная, горошек зелёный консервированный, картофель, слегка обжаренный на подсолнечном масле, майонез. Все продукты укладываются в плоскую, большую тарелку в равных пропорциях по кругу в любом порядке, в центре - горка майонеза. Морковь и свёклу необходимо потереть на тёрке, а капусту и картошку нарезать соломкой. Салат получается ярким, красивым на вид, а главное вкусным и полезным.

2 стол – команда «Ручеёк».

Их выбор – фрукты.

Участники команды приготовили фруктовый салат «Мечта»(примерный вариант).

Рецепт приготовления салата «Мечта»:

Продукты: яблоко, апельсин, груша, киви, мандарин, банан, йогурт. Фрукты мелко режутся и заправляются йогуртом. Салат можно заправить и мороженым, украсив его цветочками из киви. Салат очень простой, вкусный, полезный и оригинальный.

Итог конкурса.

Номер художественной самодеятельности. Исполняется песня – танец «Каравай».

3. Конкурс «Меню».

Задание: Составить меню на 1 день.

Команды получают одинаковые карточки с названием блюд. Их задача составить меню на 1 день.

Карточка.

Мясо, рыба, уха, щи, суп, суп молочный, каша (любая), колбаса, масло, сыр, котлеты, булочка, торт, сырники, запеканка, хлеб чёрный, хлеб пшеничный, картофель, гречневая каша с мясом, вермишель, гуляш, сок, кефир, молоко, чай с сахаром, какао, кофе, фрукты, салат овощной, салат любой.

Меню команды «Улыбка» (примерное):

Завтрак: каша геркулесовая, какао, хлеб белый, масло и сыр.

Обед: салат из овощей, уха, гуляш, хлеб чёрный, компот.

Полдник: пряник, чай с сахаром, апельсин.

Ужин: кефир, запеканка.

Меню команды «Ручеёк» (примерное):

Завтрак: вермишель на молоке, хлеб пшеничный, масло, сыр, чай с сахаром.

Обед: салат из овощей, суп мясной, гуляш с вермишелью, хлеб ржаной, сок яблочный.

Полдник: булочка, компот, груша.

Ужин: котлета рыбная с картофельным пюре, чай с сахаром, хлеб пшеничный.

Итог конкурса

III. Итог мероприятия.

Жюри подводит итог встречи двух команд.

Победителям вручаются медали и памятные призы, а проигравшей команде утешительные сувениры – магниты с изображением овощей и фруктов.

Подводится итог конкурса рисунков учащихся на тему «Полезные продукты»

Звучит песня «Настоящий друг» из м/ ф «Тимка и Димка» в исполнении детей и родителей.

В заключение проводится чаепитие.

Приложение № 63-4класс

<i>№</i>	<i>Название темы</i>	<i>Цель</i>	<i>Задачи</i>	<i>Основные понятия</i>	<i>Форма</i>	<i>Результат</i>	<i>Формирование УУД</i>
1	Давайте познакомимся	- <i>обобщение</i> знаний об основах рационального питания, полученные ими при изучении первой части программы; - <i>формирование</i> представления о темах «Двух недель в лагере здоровья»	обобщить имеющиеся у школьников представления о правилах питания развивать представление о роли правильного питания для здоровья человека	Здоровье, питание	Урок – викторина «поле чудес»	Знать новых героев программы	ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя; - перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
2	Из чего состоит наша пища	- <i>формирование</i> представления о необходимости разнообразного питания как обязательного условия здоровья	формировать представления об основных питательных веществах и их роли для организма человека, продуктах и блюдах — источниках питательных веществ формировать представления о важности разнообразного питания для здоровья человека	Белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества, рацион	Проектная деятельность	- знать об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме.	- преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно пересказывать небольшие тексты, называть их тему - <i>высказывать</i> своё предположение (версию) на основе работы с проектом и с

3	Что нужно есть в разное время года	- <i>формирование</i> представления об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах, вызывающих изменения в рационе питания	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	Урок – совместный с родителями	Знать о традициях своего народа; Знать о пользе овощей и фруктов.	иллюстрацией учебника; <i>-работать</i> по предложенному учителем плану; <i>- отличать</i> верно выполненное задание от неверного; <i>- давать</i> эмоциональную оценку деятельности класса на уроке совместно с учителем и другими учениками <i>определять</i> и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя; <i>- проговаривать</i> последовательность действий на уроке; <i>- делать</i> предварительный отбор источников информации:
4	Как правильно питаться, если занимаешься спортом	- <i>формирование</i> представления о зависимости рациона питания от физической активности	развивать представление о зависимости рациона питания от физической активности человека развивать представление о важности занятий спортом для здоровья	Здоровье, питание, спорт, рацион	Урок-рассказ по картинкам	Уметь оценивать свой рацион питания с учётом собственной физической активности; Знать о роли питания и физической активности для здоровья человека.	<i>- делать</i> предварительный отбор источников информации:
5	Где и как готовят пищу	- <i>формирование</i> представлений об основных правилах гигиены, которые необходимо соблюдать на кухне; <i>-формировать</i> навыки осторожного поведения на кухне.	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	Сюжетно-ролевая игра «На кухне»	Знать об основных предметах кухонного оборудования, о правилах гигиены.	ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).

6	Как правильно накрыть стол	- <i>формирование</i> представлений детей о предметах сервировки стола	Развивать представление о правилах сервировки стола развивать желание и готовность помогать родителям по дому (накрывать стол)	Сервировка, столовые приборы, столовая и кухонная посуда	Сюжетно-ролевая игра	- знать правила сервировки стола, -уметь применять эти правила.	
7	Молоко и молочные продукты	- <i>формирование</i> представлений о молоке и молочных продуктах как обязательно компоненте ежедневного рациона.	развивать представление о молоке и молочных продуктах как обязательном компоненте ежедневного рациона расширять представление об ассортименте молочных продуктов, их пользе	Молоко, молочные продукты, кисломолочные продукты	Проектная деятельность	Знать о пользе молока и молочных продуктах	
8	Блюда из зерна	- <i>формирование</i> представление детей о многообразии ассортимента продуктов, получаемых из зерна, необходимости их ежедневного включения в рацион.	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	Проектная деятельность	Знать о пользе продуктов, получаемых из зерна	

9	Какую пищу можно найти в лесу	-формирование знаний о дикорастущих растениях как источниках полезных веществ, возможности включения их в рацион питания	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	Проектная деятельность	-знать основные правила поведения в лесу, позволяющие избежать ситуаций, опасных для здоровья.	
10	Что и как можно приготовить из рыбы	- формирование представлений детей об ассортименте рыбных блюд;	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	Викторина «По рыбным местам»	-знать о местной фауне, животных, мясо которых человек использует в пищу.	- преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно пересказывать небольшие тексты, называть их тему; - ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;

11	Дары моря	- <i>формирование</i> представлений о пользе морепродуктов, необходимости микроэлементов для организма	формировать представление о морских съедобных растениях и животных, о многообразии блюд, которые могут быть из них приготовлены формировать представление о пользе морепродуктов, важности включения их в рацион	Морепродукты	Проектная деятельность	- знать о пользе морепродуктов для улучшения здоровья детского организма	- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
12	«Кулинарное путешествие» по России	- <i>формирование</i> представлений о кулинарных традициях своего народа	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	Проектная деятельность	Знать о традициях своего края, о приготовлении некоторых национальных блюд	
13	Что можно приготовить, если выбор	- <i>формирование</i> представлений о блюдах, которые предъявляются к организации ежедневного рациона питания.	расширять представление о блюдах, которые могут быть приготовлены из традиционных «обычных» продуктов развивать интерес к приготовлению пищи	Кулинария, питание, здоровье, блюда	Урок-презентация	Знать об основных требованиях, которые предъявляются к организации ежедневного рациона питания.	- делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в

14	Как правильно вести себя за столом	-формирование представлений о правилах поведения за столом, необходимости соблюдения этих правил как проявления уровня культуры человека.	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	Проектная деятельность	Знать и уметь применять правила поведения за столом	словаре). - добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке; - перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы; - преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно пересказывать небольшие тексты, называть их тему;
----	------------------------------------	---	---	---	------------------------	---	--

