

Программа внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»



Window Exercise

You can combine intent with length of response and, thereby, ask for the same information four ways. Think of the flexibility this gives you. Figure 18.1 provides examples. This exercise builds your flexibility in asking questions, reduces risk and reduce the perceived threat by now asking the question (at 2) to indirect-open (quadram 3).

**Данная программа
ориентирована на
обозначенное новым
образовательным
стандартом начального
общего образования
спортивно-оздоровительное
направление
воспитательной работы в
учреждении.**

Содержание программы предполагает изучение вопросов философии, этики, морали, психологии, социологии, экономики, правоведения, физиологии, анатомии и гигиены человека в аспекте пропаганды обучения и воспитания здорового образа жизни.

Целью программы «Разговор о правильном питании» является формирование основ культуры питания, как части общей культуры здоровья.

В процессе обучения учащиеся:

познакомятся:

- с народными традициями, связанными с питанием и здоровьем;
- с правилами питания, направленными на сохранение и укрепление здоровья;
- с правилами этикета, связанными с питанием, осознанием того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности.

овладеют:

- навыками правильного питания как составной частью здорового питания.

Задачи:

- расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья;
- формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- формирование представления о правилах этикета, связанных с питанием, являющимися неотъемлемой частью общей культуры личности;
- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем;
- просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей младшего школьного возраста.

Учебно-методический комплект

- рабочая тетрадь для учащихся;
- методическое пособие для педагогов;
- буклеты для родителей;
- информационные и учебные плакаты



Работа в тетради

ЗАПОМНИ! Если хочешь вырасти сильным, здоровым, умным и красивым, нужно есть полезные продукты.

ЗАДАНИЕ 1

Вспомни и нарисуй свои самые любимые продукты и блюда или напиши их названия.



ЗАПОМНИ! Полезно есть разные продукты: овощи и фрукты, молочные продукты, мясо и рыбу, хлеб и крупы, растительное и сливочное масло.

ЗАДАНИЕ 1

Выбери 5—6 наклеек полезных продуктов и приклей их на корзину. Можешь дорисовать другие полезные продукты самостоятельно.



Работа в тетради

ЗАДАНИЕ 3

Придумай и нарисуй свой плакат с одним из важных правил для младшего братика, сестрёнки или знакомого малыша.



ЗАДАНИЕ 3

Нарисуй продукты и блюда из них, которые можно есть на завтрак.



ЗАДАНИЕ 4

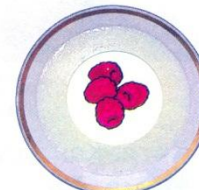
Выбери добавки для каш на листе с наклейками и приклей их или нарисуй.



гречневая



кукурузная



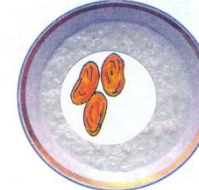
манная



овсяная



пшённая



рисовая

Данная программа представляет детям широкую панораму правильного и здорового питания как компонент сохранения здоровья и долголетия. Используя для осмысления личного опыта ребёнка знания, накопленные естественными и социально-гуманитарными науками, программа вводит в процесс ценностного отношения к своему здоровью, а именно здоровому питанию ценностную шкалу, без которой невозможно формирование позитивных целевых установок подрастающего поколения.

Программа помогает ученику в формировании личностного восприятия, эмоционального, оценочного отношения к здоровью, воспитывает нравственно и духовно зрелых, активных, компетентных граждан, способных оценивать своё место в окружающем мире и участвовать в созидательной деятельности на благо родной страны.