

**РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ НА УРОКАХ РАЗГОВОР О
ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ ПОСРЕДСТВОМ
РАЗНООБРАЗНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ**



- **«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым»
Ж-Ж Руссо**

ЦЕЛЬ:

**- ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ
ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К
СОБСТВЕННОМУ ЗДОРОВЬЮ,
ОСВОЕНИЮ НАВЫКОВ
ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ КАК
СОСТАВНОЙ ЧАСТИ УКРЕПЛЕНИЯ
ЗДОРОВЬЯ.**

ЗАДАЧИ:

- ФОРМИРОВАНИЕ ЗНАНИЙ О ПРАВИЛАХ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ, ИХ РОЛИ В СОХРАНЕНИИ И УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ, А ТАКЖЕ ГОТОВНОСТИ СОБЛЮДАТЬ ЭТИ ПРАВИЛА;**
- ОСВОЕНИЕ ДЕТЬМИ ПРАКТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ;**
- ИНФОРМИРОВАНИЕ ДЕТЕЙ О НАРОДНЫХ ТРАДИЦИЯХ, СВЯЗАННЫХ С ПИТАНИЕМ И ЗДОРОВЬЕМ; ФОРМИРОВАНИЕ ЧУВСТВА УВАЖЕНИЯ К КУЛЬТУРЕ И ТРАДИЦИЯМ ДРУГИХ НАРОДОВ;**
- ПРОСВЕЩЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ В ВОПРОСАХ ОРГАНИЗАЦИИ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ.**

Анкета для родителей (входящая)

- **1. Хороший ли аппетит у Вашего ребенка?**
- **2. Ест ли Ваш ребенок разнообразную пищу?**
- **3. Часто ли за столом Вы прибегаете к таким приемам, как:**
 - **- уговоры;**
 - **- приказы;**
 - **- наказания.**
- **4. Соблюдает ли Ваш ребенок следующие правила:**
 - **- моет руки;**
 - **- убирает за собой посуду;**
 - **- пользуется салфеткой;**
 - **- ставит стул на место;**
 - **- благодарит ли за обед;**
 - **- умеет пользоваться ножом, вилкой и т.д.**
- **5. Любит ли Ваш ребенок овощи, фрукты, соки?**
- **6. Завтракает ли Ваш ребенок (дома)?**

Анкета для детей (входящая)

- 1. Что нужно сделать, чтобы вырасти сильным, здоровым, красивым?
 - а) хорошо учиться;
 - б) правильно питаться;
 - в) заниматься спортом.
- 2. К полезным продуктам относятся:
 - а) яйца, сосиски;
 - б) торты, газированные напитки;
 - в) молочные продукты.
- 3. Какое количество раз в день нужно употреблять пищу для того, чтобы правильно питаться?
 - а) 2 раза в день;
 - б) 4-5 раз в день;
 - в) 7 раз в день.
- 4. Какой прием пищи должен быть самым большим по количеству съедаемой пищи?
 - а) завтрак;
 - б) ужин;
 - в) обед.
- 5. Чем лучше всего утолить жажду?
 - а) водой;
 - б) молоком;
 - в) лимонадом.
- 6. Что полезно есть каждый день?
 - а) овощи, фрукты;
 - б) сладости;
 - в) сыр, сметану.

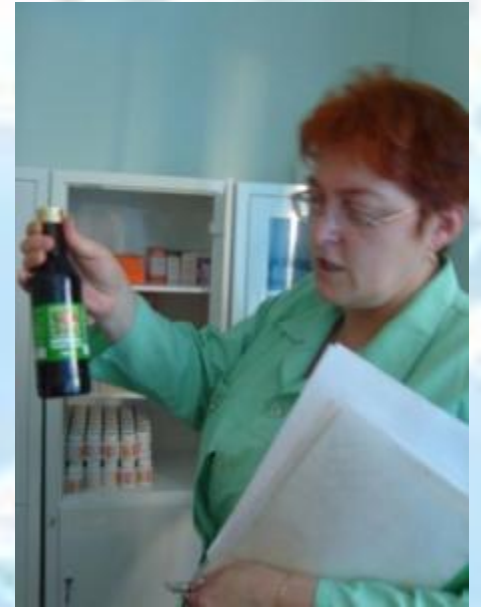


















ВЕСЁЛАЯ КУЛИНАРИЯ



Пальмы



Апельсиновое солнышко



Весёлые мышата



Банановая гусеница



Яблочные ёжики



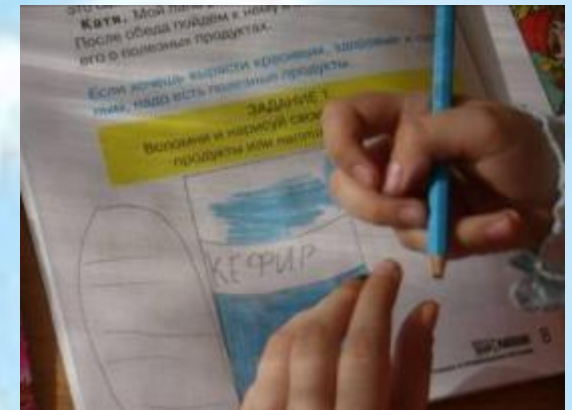
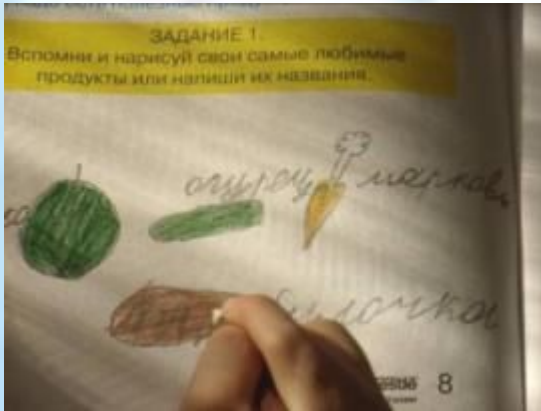
Фруктовая бабочка



Осьминоги



Фигурные бутерброды



ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПИТАНИЯ:

- 1. Перед едой мой руки с мылом.**
- 2. Главное – не передай. Ешь в меру.**
- 3. Тщательно пережевывай пищу, не спеши глотать.**
- 4. Фрукты и овощи надо хорошо мыть.**
- 5. Во время еды не разговаривай и не читай.**

Автор

БАГИНА

ИРИНА ВАСИЛЬЕВНА

**Учитель начальных
классов**

ГБОУ Мончегорская КШ

г. Мончегорск

