

## Рекомендуемый цикл бесед

### по теме «Разговор о правильном питании»

**Цель:** формирование у детей и подростков основ культуры питания, как одной из составляющих здорового образа жизни

	Темы занятий	Форма проведения	Класс	Кто проводит
<b>I Блок : «Разговор о правильном питании»(разнообразие питания, гигиены питания, режим питания)</b>				
1.	Самые полезные продукты	Классный час	1-11	Классный руководитель
2.	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	Уроки физкультуры, уроки биологии	1-11 8	Учителя-предметники
3.	Где найти витамины весной?	Уроки окружающего мира, природоведения Уроки математики	1-4 5 5-6	Учителя начальных классов
4.	Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты.	Уроки окружающего мира, природоведения, уроки биологии, ОБЖ	1-4 5 8,10 2-5	Учителя начальных классов Учителя-предметники
5.	Каждому овощу свое время.	Уроки технологии ОБЖ Уроки биологии Уроки природоведения Уроки окружающего мира	5 2-5 8,10 5 1-4	Учителя начальных классов, Учителя-предметники
6.	Как правильно есть?	Уроки трудового обучения, Уроки биологии, Кружок «Хозяюшка», Беседа на классном часе	7-8 8 5 1-4	Учителя-предметники
7.	Плох обед, если хлеба нет.	Классный час	1-11	Классные руководители
8.	Если хочется пить?	Уроки трудового обучения Уроки физкультуры	6 1-11	
<b>II Блок: «Две недели в лагере здоровья» (разнообразие питания, гигиена питания, рацион питания, традиции и культуры питания, этикет)</b>				
1	Из чего состоит наша пища? Что надо есть в разное время года?	Уроки технологии Уроки окружающего мира	5-6	Учителя-предметники
2	Как правильно питаться, если занимаешься спортом?	Уроки физкультуры	1-11	Учителя физкультуры

3	Где и как готовят пищу?	Уроки иностранного языка Уроки технологии	2-8 5	Учителя-предметники
4	Как правильно накрыть стол?	Уроки технологии	5-7	Учителя-предметники
5	Молоко и молочные продукты.	Уроки технологии Уроки биологии Уроки иностранного языка Беседа на классном часе	6 6 2-4	Учителя начальных классов Учителя-предметники Мед. сестра, родители
6	Блюдо из зерна	Уроки технологии Уроки биологии	6 6	Учителя-предметники
7	Какую пищу можно найти в лесу?	Уроки биологии Уроки природоведения Уроки ОБЖ Уроки географии	6 5 6 7-9	Учителя-предметники
8	Ядовитые растения и грибы.	Уроки окружающего мира Уроки природоведения	1-4 5	Учителя начальных классов Учителя-предметники
9	Что и как приготовить из рыбы? Дары моря.	Уроки биологии Уроки географии Уроки природоведения	6 6-8 5	Учителя-предметники
<b>III блок: «Формула правильного питания»</b> <b>(рацион питания, режим питания, адекватность питания, потребительская культура, традиции и культура питания).</b>				
1	Здоровье-это здорово!	Классный час	5-11	Классный руководитель
2	Продукты разные важны, продукты разные нужны!	Урок технологии	8	Учителя-предметники
3	Энергия пищи.	Уроки химии Уроки физики Уроки биологии	8-11 7 8-11	Учителя-предметники
4	Где и как мы едим?	Классный час	5-11	Классный руководитель
5	Ты - покупатель.	Уроки обществознания	10-11	Учителя-предметники
6	Кухни разных нравов.	Урок истории Урок иностранного языка	8-11 8 8-11	Учителя-предметники
7	Как питались на Руси и в России?	Урок истории Урок технологии	6-9 8	Учителя-предметники