**Рабочая программа по курсу**

**«Разговор о правильном питании»**

**Составитель: И. В.Вагнер**

**Воспитатель ГПД**

**Название курса:** «Программа о правильном питании»

**Авторы курса:** специалистыИнститута возрастной физиологии Российской академии образования при спонсорской поддержке компании Nestle.

**Учебник-тетрадь:** «Разговор о правильном питании» - Nestle, Олма - пресс, М., 2004

**Авторы учебника:** Безруких М.М., Филиппова Т.А. Макеева А.Г.

**Цель курса** – осознание детьми здоровья как главной человеческой ценности.

**Задачи курса:**

1. Сформировать у младших школьников основы рационального питания.
2. Воспитывать культуру здоровья.
3. Сплотить родителей в заботе о сохранении здоровья детей.

**Тематическое планирование** занятий дополнительного образования «Разговор о правильном питании» во 2 г классе по программе Безруких М.М., Филипповой Т.А. Макеевой А.Г. «Разговор о правильном питании» **на 2008 – 2009 учебный год (из расчета 1 часа в неделю)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **№** | **Тема занятия.** | **Дидактический материал, оборудование.** | **Практическая работа** |
|  | 1 | Вводное занятие. Знакомство с героями учебника. | Иллюстрации персонажей. |  |
|  | 2 | Если хочешь быть здоров. |  | Тест «Самые полезные продукты». |
|  | 3 | Самые полезные продукты. | Илл. продуктов. | Сюжетно-ролевая игра «Магазин». |
|  | 4 | Самые полезные продукты. |  |  |
|  | 5 | Как правильно есть. | Стих. Чуковского «Барабек». |  |
|  | 6 | Как правильно есть. |  | Реклама жевательной резинки. |
|  | 7 | Удивительные превращения пирожка. | Табл. «Органы желудочно-кишечного тракта». | Тест |
|  | 8 | Зачем нужно соблюдать режим питания. | Циферблат часов, илл. продуктов. | Составление режима питания. |
|  | 9 | Из чего варят каши? | Виды круп, отр. из произведений о кашах. | Игра «Поварята». |
|  | 10 | Из чего варят каши? |  | Изготовление аппликации из круп. |
|  | 11 | Как сделать кашу вкусной? |  |  |
|  | 12 | Фольклорный праздник «Каша». | «Педсовет», 2002, №3 |  |
|  | 13 | Путешествие Пирожка. Откуда хлеб на стол пришёл. |  |  |
|  | 14 | Плох обед, если хлеба нет. |  |  |
|  | 15 | Конкурс «Ай да пекари» . | Силаева, с.41-48 | Изготовление муляжей хлебобулочных изделий из солёного теста. |
|  | 16 | Игра «Прогулка по улице Сезам». |  |  |
|  | 17 | Полдник. Время есть булочки. | Стих. Д. Хармса «Очень вкусный пирог». |  |
|  | 18 | Викторина «Знатоки молока». | Продукты для конкурса дегустаторов.  Кроссворд, А\з песни «Далеко-далеко» (маски). | Опыты по определению жирности, отделении белка от сыворотки. |
|  | 19 | Обобщающий урок. | Стихи, загадки, рисунки. | Изготовление стенгазеты «Чудо молоко». |
|  | 20 | Пора ужинать. | Модель часов, илл. блюд. | Игра-демонстрация «Бутерброд». |
|  | 21 | На вкус и цвет товарищей нет. | Илл. для игры «Приготовь блюдо». | Практикум «Определи вкус». |
|  | 22 | Музыкальное занятие «Приятного аппетита!». |  | Игра «Угадай мелодию». |
|  | 23 | Изготовление песенника «Приятного аппетита!». |  |  |
|  | 24 | Что такое жажда? | См. конспект «Одна вода». | Игра «Посещение музея воды». |
|  | 25 | Если хочется пить… |  | Игра «Праздник чая». |
|  | 26 | Что надо есть, если хочешь стать сильнее. |  | Составление рациона. |
|  | 27 | Где найти витамины весной? | Беседа со школьным врачом. |  |
|  | 28 | Ролевая игра «Вкусные истории». |  |  |
|  | 29 | Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты. |  | Игра «На приёме у врача». |
|  | 30 | КВН «Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты». | Ж. «Педсовет» - 2003, №4 |  |
|  | 31 | Всякому овощу – своё время. |  |  |
|  | 32 | Конкурс рекламы овощей. |  | Составление «Витаминной азбуки». |
|  | 33 | Инсценировка сказки «Вершки и корешки». | Маски. |  |
|  | 34 | День рождения Зелибобы. (заключительная игра) |  |  |