

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Сергачская средняя общеобразовательная школа № 6"**

Принята на заседании
педагогического совета школы
протокол № 1
от «28» августа 2020 г.

Утверждена приказом директора
МБОУ "Сергачская СОШ № 6"
от «31» августа 2020 г. № 156 - о



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социально-педагогической направленности
«Разговор о правильном питании»**

Возраст обучающихся:

7-10 лет

Срок реализации:

3 года

Составитель:
Калипина Наталья Валерьевна,
руководитель кружка

г. Сергач, 2020г.

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебный план.....	7
3. Содержание учебного плана.....	9
4. Календарный учебный график.....	11
5. Формы аттестации.....	15
6. Оценочные материалы.....	15
7. Методические материалы.....	16
8. Условия реализации программы.....	17
9. Список литературы.....	18

Пояснительная записка

Программа «Разговор о правильном питании» составлена на основе учебно-методического комплекта «Разговор о правильном питании», авторы М.М. Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева. Учебно-методический комплект «Разговор о правильном питании» разработан в Институте возрастной физиологии Российской Академии образования и реализуется при спонсорской поддержке ООО «Нестле Россия».

Актуальность программы заключается в том, что она способствует воспитанию у детей представления о рациональном питании как составной части культуры здоровья, сохранения ими здоровья, как главной человеческой ценности, а также востребованностью данной тематики среди младших школьников и их родителей. Программа «Разговор о правильном питании» представляет собой систему учебных модулей со здоровьесберегающей направленностью и включает в себя разделы, освещающие наиболее важные проблемы, связанные с организацией рационального питания ребят младшего школьного возраста. Занятия строятся с учётом возрастных особенностей и возможностей ребёнка. В программе детям предлагается множество интересных игр, участвуя в которых они не только учатся сами, но и учат других – своих друзей, родителей. Малыши в игре узнают о полезных и необременительных для семейного бюджета блюдах, о традициях русской народной кухни, о режиме и культуре питания.

Направленность программы – социально-педагогическая. Общее направление деятельности: здравоохранение, диетология (здоровье).

Отличительная особенность программы заключается в том, что её материал носит практико-ориентированный характер, актуален для детей и родителей. На занятиях ребёнок трудится в коллективе. Дома он на практике усваивает полученные знания. Программа предполагает активное вовлечение в работу и родителей: конкурс фотографий, конкурс блюд.

Адресат программы – дети младшего школьного возраста 7–10 лет.

Состав группы - постоянный.

Условия приёма – свободный (все желающие).

Цель программы

Формирование у детей и подростков основ культуры питания, как одной из составляющих здорового образа жизни.

Задачи программы

Обучающие:

- Развивать у детей представление о правильном питании.
- Развивать навыки правильного питания.

- Формировать представление о народных традициях, связанных с питанием.

Развивающие:

- Формировать у детей полезные навыки и привычки.
- Формировать ценностное и ответственное отношение к собственному здоровью.

Воспитывающие:

- Воспитывать у детей представление о рациональном питании как составной части культуры здоровья.
- Просвещать родителей в вопросах рационального питания детей.

Объём и срок освоения программы

Срок реализации программы 3 года (105 часов). В ходе реализации программы можно выделить 3 этапа обучения:

1. «Разговор о здоровье и правильном питании» (2 класс – 35 часов)
2. «Две недели в лагере здоровья» (3 класс – 35 часов)
3. «Формула правильного питания» (4 класс – 35 часов)

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

Формы обучения

Форма обучения: очно-заочная. Содержание учебно-методического комплекта, а также используемые формы и методы ее реализации носят преимущественно интерактивный характер, направленный на активное вовлечение обучающихся в работу по программе, стимулирование их интереса к изучаемым темам, освоение ценностных нормативов и навыков. Задания, предлагаемые в рабочих тетрадях, основаны на творческой работе детей – самостоятельной или в коллективе.

Очень важно, чтобы в реализации программы принимали участие родители. Эффективность формирования основ культуры питания в очень большой степени будет определяться тем, насколько определяемые программой нормы и ценности находят отклик в семьях учащихся.

В основе методики преподавания программы лежит проблемно-поисковый подход, обеспечивающий «открытие» детьми нового знания и активное освоение различных способов познания здорового питания. При проведении учебных занятий используются разнообразные методы и формы обучения с применением системы средств, составляющих единую информационно-образовательную среду. *Ролевая игра* базируется на изображении ее участниками определенных персонажей, действующих в заданных условиях. В ходе взаимодействия участники игры должны решить поставленную перед ними задачу. Ролевые игры

оказываются весьма эффективными при освоении навыков поведения в различных ситуациях.

Ситуационная игра предполагает четко заданный сценарий действий и ориентирована на конкретный результат.

Образно-ролевые игры позволяют активизировать конкретно чувственный опыт, сформировать определенное эмоциональное отношение к тому или иному фактору.

Проектная деятельность основывается на творчестве, самостоятельной работе обучающихся для решения поставленной задачи.

Дискуссия, обсуждение. Основная задача заключается в формировании у обучающихся личной позиции в отношении того или иного вопроса. Дискуссия может быть организована в форме круглого стола, брейн-ринга и т. п.

Планируемые (ожидаемые) результаты освоения ДООП

В результате обучения учащиеся овладеют:

- знаниями о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
- навыками укрепления здоровья;
- знаниями о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья и готовности выполнять эти правила;
- навыками правильного питания как составной части здорового образа жизни.

Личностными результатами освоения учащимися программы являются:

- проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания;
- овладение установками, нормами и правилами правильного питания;
- готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания, в том числе ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные;
- развитие представления об адекватности питания, его соответствия росту, весу, возрасту, образу жизни человека.

Метапредметными результатами освоения программы являются:

- способность и готовность к освоению систематических знаний о правильном питании, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к решению личностных и социально значимых проблем здорового питания и воплощение найденных решений в практику;
- способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии в области здорового питания;

Предметными результатами освоения программы являются:

В познавательной сфере:

- рациональное использование учебной и дополнительной технологической информации для проектирования и создания личной траектории здорового питания;
- оценка технологических свойств сырья и областей их применения;
- владение методами чтения штрих-кодов на продуктах питания, приобретаемых в розничной торговле;
- формирование представления о роли национальных кухонь в обеспечении полноценным питанием жителей той или иной местности.

В трудовой сфере:

- соблюдение норм и правил безопасности труда, пожарной безопасности, правил санитарии и гигиены;
- планирование технологического процесса труда.

В мотивационной сфере:

- выраженная готовность в потребности здорового питания;
- осознание ответственности за качество правильного питания.

В эстетической сфере:

- дизайнерское проектирование блюд с точки зрения здорового питания;
- освоение навыков сервировки стола.

В коммуникативной:

- публичная презентация и защита мини-проектов по здоровому питанию.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Разговор о здоровье и правильном питании»	35	13	22	Формы аттестации: проведение праздников, соревнований. Формы текущего контроля: наблюдение, устный опрос, самостоятельная работа
1	Тема 1. Если хочешь быть здоров	2	1	1	
2	Тема 2. Самые полезные продукты	3	1	2	
3	Тема 3. Удивительные превращения пирожка	2	1	1	
4	Тема 4. Кто жить умеет по часам	2	1	1	
5	Тема 5. Вместе весело гулять	1	0	1	
6	Тема 6. Из чего варят каши, и как сделать кашу вкусной	3	1	2	
7	Тема 7. Плох обед, если хлеба нет	4	1	3	
8	Тема 8. Полдник. Время есть булочки	3	1	2	
9	Тема 9. Пора ужинать	2	1	1	
10	Тема 10. Весёлые старты	1	0	1	
11	Тема 11. На вкус и цвет товарищей нет	3	1	2	
12	Тема 12. Как утолить жажду	2	1	1	
13	Тема 13. Что помогает быть сильным и ловким	2	1	1	
14	Тема 14. Овощи, ягоды и фрукты — витаминные продукты	3	1	2	
15	Тема 15. Праздник здоровья	2	1	1	
2	«Две недели в лагере здоровья»	35	14	21	

д					
16	Тема 1. Давайте познакомимся	3	1	2	Формы аттестации: проведение праздников, соревнований, защита проектов.
17	Тема 2 «Из чего состоит наша пицца»	3	1	2	
18	Тема 3 «Здоровье в порядке – спасибо зарядке»	2	1	1	
19	Тема 4 «Закаляйся, если хочешь быть здоров»	1	1	0	
20	Тема 5 «Как правильно питаться, если занимаешься спортом»	1	0	1	
21	Тема 6. Где и как готовят пищу	3	1	2	
22	Тема 7. Блюда из зерна	3	1	2	
23	Тема 8. Молоко и молочные продукты	3	1	2	
24	Тема 9. Что можно есть в походе	3	1	2	
25	Тема 10. Вода и другие полезные напитки	2	1	1	
26	Тема 11. Что и как можно приготовить из рыбы	1	0	1	
27	Тема 12. Дары моря	1	1	0	
28	Тема 13. Кулинарное путешествие по России	3	1	2	
29	Тема 14. Спортивное путешествие по России	2	1	1	
30	Тема 15. Олимпиада Здоровья	4	2	2	
3 го д	«Формула правильного питания»	35	13	22	Формы аттестации: защита
31	Тема 1. Здоровье – это здорово	4	2	2	
32	Тема 2. Режим питания	2	1	1	
33	Тема 3. Продукты разные нужны – блюда разные важны	4	2	2	
34	Тема 4. Энергия пищи	3	1	2	

35	Тема 5. Где и как мы едим	3	1	2	проектов, выступление агитбригад, проведение акций.
36	Тема 6. Ты – покупатель	3	1	2	
37	Тема 7. Ты готовишь себе и друзьям	4	1	3	
38	Тема 8. Кухни разных народов	3	1	2	
39	Тема 9. Кулинарная история	3	1	2	
40	Тема 10. Как питались на Руси и в России	2	1	1	
41	Тема 11. Необычное кулинарное путешествие	2	1	1	
42	Тема 12. Составляем формулу правильного питания	2	0	2	Формы текущего контроля:

Содержание учебного плана

Программа включает в себя три содержательных части:

Часть 1. «Разговор о здоровье и правильном питании»

Часть 2. «Две недели в лагере здоровья»

Часть 3. «Формула правильного питания»

Отбор содержания программы «Разговор о правильном питании» осуществлён на основе следующей ведущей идеи: идеи заботы о своём здоровье. Забота о своём здоровье – это представление о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Часть 1 «Разговор о здоровье и правильном питании»

Целью данного курса является формирование у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья. Здесь учитываются и традиции питания, а также предполагается активное вовлечение родителей в процесс обучения.

Часть 2 «Две недели в лагере здоровья»

Целью данного курса является формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

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, связанных с питанием, осознанием того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности.

Овладеют:

- навыками правильного питания как составной частью здорового питания.

Часть 3 «Формула правильного питания»

В данной части реализуются следующие воспитательные и образовательные задачи:

- Развиваются представления подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье.
- Расширяются знания подростков о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности соблюдать эти правила.
- Развиваются навыки правильного питания как составной части здорового образа жизни.
- Развиваются представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознания того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности.
- Развиваются представления о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа.
- Пробуждается у детей интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, к истории и традициям своего народа, формируются чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов.
- Развиваются творческие способности, кругозор подростков, их интерес к познавательной деятельности.
- Развиваются коммуникативные навыки у школьников, умение эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы.
- Организуется просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей подросткового возраста.

Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во ч.	Форма занятия	Форма контроля
1 год		«Разговор о здоровье и правильном питании»	35		
1		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	Учебное занятие	Устный опрос
2		Если хочешь быть здоров	1	Учебное занятие	Устный опрос
3		Самые полезные продукты	1	Учебное занятие	Устный опрос
4		«Помоги литературному герою»	1	Проектная задача	Самостоятельная работа
5		«Помоги литературному герою»	1	Проектная задача	Устный опрос
6		Удивительные превращения пирожка	1	Учебное занятие	Устный опрос
7		«Завтрак съешь сам...»	1	Исследовательский проект	Самостоятельная работа
8		Кто жить умеет по часам	1	Учебное занятие	Устный опрос
9		«Нужен ли режим дня»	1	Исследовательский проект	Самостоятельная работа
10		Вместе весело гулять	1	Учебное занятие	Устный опрос
11		Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной	1	Учебное занятие	Устный опрос
12		«Горшочек вари! или Каши хватит на всех»	1	Исследовательский проект	Самостоятельная работа
13		«Каша к завтраку нужна, каша к завтраку важна»	1	Игровая программа	Наблюдение
14		Плох обед, если хлеба нет	1	Учебное занятие	Устный опрос
15		Составляем меню обеда	1	Практическое занятие	Самостоятельная работа

16		«Суп – король обеда»	1	Исследовательский проект	Самостоятельная работа
17		«Накрываем праздничный стол»	1	Кулинарный урок	Наблюдение
18		Время есть булочки	1	Учебное занятие	Устный опрос
19		Составляем меню для полдника	1	Практическое занятие	Самостоятельная работа
20		«Пейте, дети молоко, будете здоровы»	1	Исследовательский проект	Самостоятельная работа
21		Пора ужинать	1	Учебное занятие	Наблюдение
22		Составляем меню для ужина	1	Практическое занятие	Самостоятельная работа
23		Весёлые старты	1	Соревнование	Наблюдение
24		На вкус и цвет товарищей нет	1	Учебное занятие	Устный опрос
25		«Кулинарные обычаи»	1	Игра-путешествие	Наблюдение
26		«Блюдо для мамы»	1	Кулинарный урок	Наблюдение
27		Как утолить жажду	1	Учебное занятие	Устный опрос
28		Из чего готовят соки	1	Учебное занятие	Устный опрос
29		Что помогает быть сильным и ловким	1	Учебное занятие	Устный опрос
30		Виды спорта	1	Учебное занятие	Устный опрос
31		Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	1	Учебное занятие	Устный опрос
32		Витаминные салаты	1	Кулинарный урок	Наблюдение
33		Каждому овощу своё время	1	Учебное занятие	Устный опрос
34		Праздник здоровья	1	Праздник	Наблюдение
35		Промежуточная аттестация	1		Праздник
2 го д		«Две недели в лагере здоровья»	35		
1		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	Учебное занятие	Устный опрос
2		Что мы уже знаем о правильном питании и здоровом образе жизни	1	Учебное занятие	Устный опрос
3		Приглашаем в лагерь Здоровья	1	Учебное занятие	Устный опрос
4		Состав нашей пищи	1	Учебное занятие	Устный опрос

5		Как питательные вещества влияют на организм	1	Учебное занятие	Устный опрос
6		Пищевая тарелка	1	Учебное занятие	Устный опрос
7		Зарядка - заряд бодрости	1	Учебное занятие	Устный опрос
8		На зарядку становись!	1	Практическое занятие	Самостоятельная работа
9		Закаляйся, если хочешь быть здоров	1	Учебное занятие	Устный опрос
10		Как правильно питаться, если занимаешься спортом	1	Учебное занятие	Устный опрос
11		Вилки да ложки, тарелки, поварешки...	1	Учебное занятие	Устный опрос
12		Как правильно хранить продукты.	1	Учебное занятие	Устный опрос
13		Помощники на кухне.	1	Учебное занятие	Устный опрос
14		История колоска	1	Учебное занятие	Устный опрос
15		Хлебушко - калачу дедушка	1	Учебное занятие	Устный опрос
16		Каша-пицца наша	1	Учебное занятие	Устный опрос
17		Пейте, дети, молоко, будете здоровы!	1	Учебное занятие	Устный опрос
18		Что можно приготовить из молока	1	Учебное занятие	Устный опрос
19		Молочные продукты – вкусно и полезно	1	Учебное занятие	Устный опрос
20		Собираемся в поход	1	Учебное занятие	Устный опрос
21		По грибы	1	Учебное занятие	Устный опрос
22		Орехи и ягоды	1	Учебное занятие	Устный опрос
23		Почему нам нужна вода	1	Учебное занятие	Устный опрос
24		Берегите воду	1	Практическое занятие	Самостоятельная работа
25		Поешь рыбки - будут ноги прытки	1	Учебное занятие	Устный опрос
26		Дары моря	1	Учебное занятие	Устный опрос
27		Какую пищу едят в разных регионах России	1	Учебное занятие	Устный опрос
28		Кулинарные праздники	1	Учебное занятие	Устный опрос
29		Составляем кулинарную карту нашей страны	1	Учебное занятие	Устный опрос
30		Спортивные увлечения	1	Исследовательский проект	Самостоятельная работа
31		Составляем спортивную карту нашей страны	1	Учебное занятие	Устный опрос
32		Что мы знаем о питании	1	Учебное занятие	Устный опрос

33		Что мы знаем о здоровом образе жизни	1	Учебное занятие	Устный опрос
34		Олимпиада Здоровья	1	Соревнование	Наблюдение
35		Промежуточная аттестация	1		Соревнование
3 го д		«Формула правильного питания»	35		
1		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	Учебное занятие	Устный опрос
2		От чего зависит здоровье	1	Учебное занятие	Устный опрос
3		Важные правила	1	Учебное занятие	Устный опрос
4		Питание и здоровье	1	Учебное занятие	Устный опрос
5		Режим питания	1	Учебное занятие	Устный опрос
6		Кто есть умеет по часам	1	Практическое занятие	Самостоятельная работа
7		Продукты разные нужны - блюда разные важны	1	Учебное занятие	Устный опрос
8		Белки, жиры и углеводы - лаборатория на кухне	1	Учебное занятие	Устный опрос
9		Лаборатория на кухне – витамины, минеральные вещества	1	Исследовательский проект	Самостоятельная работа
10		Для чего нужна вода	1	Учебное занятие	Устный опрос
11		Продукты и калории	1	Практическое занятие	Самостоятельная работа
12		Образ жизни и рацион питания	1	Учебное занятие	Устный опрос
13		Движение и энергия	1	Учебное занятие	Устный опрос
14		Идем в кафе!	1	Учебное занятие	Устный опрос
15		Еда в походе и во время экскурсии	1	Учебное занятие	Устный опрос
16		Важные правила	1	Учебное занятие	Устный опрос
17		Как устроен магазин	1	Учебное занятие	Устный опрос
18		Как выбирать товар	1	Учебное занятие	Устный опрос
19		Права и обязанности покупателя	1	Учебное занятие	Устный опрос
20		Помощники на кухне	1	Учебное занятие	Устный опрос
21		Учимся готовить	1	Учебное занятие	Устный опрос
22		Учимся готовить	1	Кулинарный урок	Наблюдение
23		Правила сервировки и этикета	1	Практическое занятие	Самостоятельная работа

24		Почему различаются национальные кухни	1	Учебное занятие	Устный опрос
25		Кулинарное путешествие по миру	1	Игра-путешествие	Устный опрос
26		Кулинарные праздники	1	Учебное занятие	Устный опрос
27		Как питались в каменном веке	1	Учебное занятие	Устный опрос
28		Как питались в Древнем Египте и Древней Греции	1	Учебное занятие	Устный опрос
29		Как питались в средние века	1	Учебное занятие	Устный опрос
30		Русское меню	1	Учебное занятие	Устный опрос
31		Кулинарные традиции и обычаи	1	Учебное занятие	Устный опрос
32		Вкусные картины	1	Учебное занятие	Устный опрос
33		Кулинарные музеи	1	Учебное занятие	Устный опрос
34		Составляем формулу правильного питания	1	Акция	Самостоятельная работа
35		Промежуточная аттестация	1		Акция

Формы аттестации

Текущий контроль – это оценка качества фактического уровня теоретических знаний по темам программы, их практических умений и навыков до промежуточной (итоговой) аттестации. Формы текущего контроля: наблюдение, устный опрос, самостоятельная работа и др.

Промежуточная аттестация проводится как оценка результатов обучения по программе за определённый промежуток учебного времени – год. Формы проведения промежуточной аттестации: проведение праздников, соревнований, защита проектов, выступление агитбригад, акции.

Оценочные материалы

Оценочная система – зачетная. Для проведения процедуры аттестации используются сценарии праздников, соревнований, выступлений агитбригад, проекты и акции здоровьесберегающей направленности.

Методические материалы

Раздел программы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательной деятельности	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
Разговор о здоровье и правильном питании	Учебное занятие; игровая программа; практическое занятие; проектная задача; исследовательский проект; кулинарный урок.	Наглядные, словесные, практические.	«Разговор о здоровье и правильном питании»: методическое пособие; «Разговор о здоровье и правильном питании»: рабочая тетрадь.	Комплект мультимедийного оборудования, сайт программы – www.prav-pit.ru	Проведение праздников, соревнований.
Две недели в лагере здоровья	Учебное занятие; соревнование; практическое занятие; исследовательский проект	Наглядные, словесные, практические.	«Две недели в лагере здоровья»: методическое пособие; «Две недели в лагере	Комплект мультимедийного оборудования, сайт программы –	Проведение праздников, соревнований, защита

	ьский проект; кулинарный урок.		здоровья»: рабочая тетрадь.	www.prav-pit.ru	проектов.
Формула правильног о питания	Учебное занятие; игра- путешествие; практическое занятие; исследовател ьский проект; кулинарный урок.	Наглядные, словесные, практически е.	«Формула правильного питания»: методическо е пособие; «Формула правильного питания»: рабочая тетрадь.	Комплект мультиме дийного оборудов ания, сайт программ ы – www.prav-pit.ru	Защита проектов, выступле ние агитбрига д, проведен ие акций.

Условия реализации программы
(материально-техническое обеспечение)

Для проведения занятий используются:

- Кабинет
- Компьютер, музыкальный центр
- Интерактивная доска
- Рабочие тетради
- Интерактивные задания, игры, конкурсы программы «Разговор о правильном питании» – www.prav-pit.ru

Для проведения кулинарных уроков:

- Фартуки, головные уборы
- Столы, скатерти, салфетки, одноразовая посуда

Список литературы

Для учителя:

1. **Разговор о здоровье и правильном питании** / Методическое пособие. / Безруких М. М., Макеева А. Г., Филиппова Т. А. — М. : ОЛМА Медиа Групп, 2014.
2. **Две недели в лагере здоровья** / Методическое пособие./ Безруких М. М., Макеева А. Г., Филиппова Т. А.— М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013.
3. **Формула правильного питания** / Методическое пособие./ Безруких М. М., Макеева А. Г., Филиппова Т. А. — М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013
4. **Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.** Методическое пособие. Методика. Тематическое планирование. Разработки занятий. Разработки внеклассных мероприятий.- М.: Издательство «Глобус», 2010.

Для ученика:

1. **«Разговор о здоровье и правильном питании»:** рабочая тетрадь/ Безруких М. М., Макеева А. Г., Филиппова Т. А./ – М.: «НЕСТЛЕ», 2017.
2. **«Две недели в лагере здоровья»:** рабочая тетрадь/ Безруких М. М., Макеева А. Г., Филиппова Т. А./ – М.: «НЕСТЛЕ», 2017.
3. **«Формула правильного питания»:** рабочая тетрадь/ Безруких М. М., Макеева А. Г., Филиппова Т. А./ – М.: «НЕСТЛЕ», 2017.

