Информация о проведении

занятий по программе

«Разговор о правильном питании» в 3 классе.

В прошлом году в нашем классе проходили занятия по программе «Разговор о правильном питании»

Прошло семь занятий по темам: «Давайте познакомимся», «Из чего состоит наша пища», «Что нужно есть в разное время года», «Как правильно питаться , если занимаешься спортом», «Где и как готовят пищу», «Как правильно накрыть на стол», «Молоко и молочные продукты».

Дети работали в рабочих тетрадях «Две недели в лагере здоровья».Задания, содержащие в тетради, направлены на развитие представлений младших школьников о рациональном питании как составной части здорового образа жизни. Дети составляли меню завтрака, обеда и ужина, используя цветные наклейки в тетрадях. Разгадывали ребусы, кроссворды.

Узнали , из чего состоит наша пища и чем отличается питание людей разного возраста, раскрашивая «пищевые тарелки».Раскрашивая рисунки дети узнали какие питательные вещества содержатся в молоке и сыре. Познакомились с профессиями людей ,работающих на ферме. Разгадывая кроссворд узнали , какие продукты можно получить из молока.

Узнали где и как готовят пищу. Как правильно хранить продукты. Познакомились с кухонной утварью.

Учились правильно сервировать стол, используя разные столовые приборы. Пробовали складывать салфетки по рисункам для торжественных случаев.

К концу года у детей сформировалось правильное представление о вкусной и здоровой пище.

Кл.руководитель Шевченко С.В.