

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа с.Анциферово»

Принято:
Решением Педагогического совета
МАОУ «СШ с.Анциферово»
(Протокол
«30» августа 2024 г № 1)

Утверждено:
приказом директора
МАОУ «СШ с.Анциферово»
от «30» августа 2024г.. № 64

Рабочая программа
Курса внеурочной деятельности
«Разговор о правильном питании»

1-4 класс

2024 – 2025 учебный год

Составитель программы:
Александрова О.И.,
учитель начальных классов

2024 год

1. Пояснительная записка

Образовательная направленность, в рамках которой реализуется программа – общеинтеллектуальная;

- вид детского объединения, в рамках которого реализуется программа – учащиеся школы I степени;

- возраст обучающихся – 6,5-11 лет;

- продолжительность занятия – 35-40 минут.

- срок реализации программы - 4 года.

Программа «Разговор о правильном питании» составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО на основе методических рекомендаций к авторской программе: «Разговор о правильном питании» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева Издательство:М.ОЛМА Медиа Групп 2011).

Актуальность данного курса:

Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Перед современной школой стоит задача по формированию у детей культуры здорового питания, а также осуществление соответствующей просветительской работы среди детей, их родителей. Только систематическая работа в данном направлении может помочь изменить вкусовые пристрастия, постепенно усовершенствовать структуру питания, научить детей делать сознательный выбор в пользу полезных блюд, здорового питания.

Целью программы 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. Пищевые привычки формируются с детства, у взрослого человека их очень сложно изменить, поэтому так важно сформировать у детей правильное пищевое поведение. Понимание младшими школьниками важности правильного питания может стать эффективным способом профилактики и предупреждения неинфекционных заболеваний желудочно-кишечного тракта, развития различных соматических заболеваний

Программа рассчитана на 4 года обучения учащихся младших классов. Время, отведенное на обучение, составляет 135 часов, причем значимую часть составляют экскурсионные тематические поездки и практические занятия. Программа предусматривает проведение внеклассных занятий, работы детей в группах, парах, индивидуальная работа, работа с привлечением родителей. Занятия проводятся 1 раз в неделю в учебном кабинете, в музеях различного типа, библиотеках, на пришкольном участке, проектная деятельность включает проведение опытов, наблюдений, экскурсий, заседаний, олимпиад, викторин, КВНов, встреч с интересными людьми, соревнований, реализации проектов и т.д. Источником нужной информации могут быть взрослые: представители различных профессий, родители, увлеченные люди, а также другие дети.

В программу курса включены следующие разделы рассчитанные на **135 часов за 4 года** обучения (1 час в неделю). Продолжительность занятия – 35-40 минут.

1 раздел: Поговорим о продуктах

2 раздел: Гигиена питания

3 раздел: Режим питания

4 раздел: Витамины круглый год

Срок реализации программы: 4 года

№ раздела	Наименование раздела	Распределение часов по годам обучения			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1.Раздел	Поговорим о продуктах	5	5	5	5
2.Раздел	Гигиена питания	3	3	3	3
3.Раздел	Режим питания	13	14	14	14

4.Раздел	Витамины круглый год	12	12	12	12
----------	----------------------	----	----	----	----

Цель курса – сформировать у младших школьников основы рационального питания.

Задачи курса

- формирование у детей основных представлений и навыков рационального питания;
- воспитывать ответственное отношение к своему здоровью, как главной человеческой ценности;
- воспитание у детей культуры питания;
- воспитание умения соблюдать режим, правила гигиены, умение выбирать полезные продукты и блюда;
- развитие познавательного отношения и интереса к изучаемой теме;
- развитие коммуникативных навыков;
- формирование навыков ЗОЖ;
- расширение осведомленности учащихся и их родителей в области рационального питания.

2. Планируемые результаты освоения курса **«Здоровое питание»**

Программа предусматривает достижение *3 уровней результатов:*

<i>Первый уровень результатов</i> (1 класс)	<i>Второй уровень результатов</i> (2-3 класс)	<i>Третий уровень результатов</i> (4 класс)
Приобретение школьником социальных знаний о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья, об общественных нормах поведения за столом, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения при приёме пищи; понимания значения соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.	Формирование позитивного отношения школьника к изучению основ правильного питания, правил сохранения своего здоровья; расширение знаний о продуктах питания, их вкусовых свойствах и содержании питательных веществ; формирование представления о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья; расширение знаний о традициях питания разных народов; воспитание уважения к культуре своего народа.	Развитие умения планировать свой день, с учётом норм рационального режима питания и энергозатрат на умственную и физическую деятельность; изменять рацион питания в зависимости от времени года; оценивать свой рацион питания с учётом собственной физической активности и проводить соответствующие корректирующие действия по изменению рациона; формирование навыков гигиены и безопасного поведения при приготовлении и приёме пищи; закрепление навыков самообслуживания.

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и познавательной деятельности;
- иметь первоначальное представление о здоровом образе жизни и правилах личной гигиены;
- знать этические нормы поведения во время экскурсий, викторин и соревнований;

- навыки сотрудничества в разных ситуациях;
- знать этические нормы, предъявляемые к сервировке стола, правила личной гигиены;
- объяснять некоторые правила вежливого, уместного поведения людей при общении во время приёма пищи.

Метапредметные результаты:

- классифицировать предметы по заданным критериям;
- объяснять смысл народных пословиц и поговорок
- строить простые сообщения, в том числе творческого характера;
- сравнивать предметы и объекты, находить общее и различия;
- ориентироваться в своей системе знаний;
- учиться договариваться о распределении ролей в игре, работы в совместной деятельности;
- делать простые выводы и обобщения в результате совместной работы группы.

Предметные результаты:

- знания о рациональном питании;
- умение делать выбор между вредными и полезными продуктами;
- иметь представление о соблюдении гигиены и режим питания;
- иметь представление о пользе витаминов и минеральных веществ в жизни человека;
- иметь представление о значении жидкости для организма человека;
- иметь практические навыки распознавания вкусовых качеств продуктов;
- умение составлять личное меню, состоящее из полезных продуктов и блюд;
- умение приготовить простейшие блюда (бутерброды, салаты).

3. Содержание курса «Здоровое питание»

Поговорим о продуктах (5 часов)

Первый класс - 5 ч. Темы занятий: «Самые полезные продукты» Экскурсия в магазин.
Применяемые формы внеурочной деятельности: решение проблемных ситуаций; подбор информации просмотр кинофильмов; экскурсии.

Второй класс –5 ч. Темы занятий : «Что надо есть, если хочешь стать сильнее». На вкус и цвет товарищей нет». **Применяемые формы внеурочной деятельности:** подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах конкурс, викторина.

Третий класс – 5ч. Темы занятий : «Из чего состоит наша пища» «Что нужно есть в разное время года». **Применяемые формы внеурочной деятельности:** подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах.

Четвёртый класс –5 ч. Темы занятий : «Какую пищу можно найти в лесу» «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен» **Применяемые формы внеурочной деятельности:** подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах просмотр кинофильмов.

Гигиена питания (3 часа)

Первый класс - 3 ч. Темы занятий: «Если хочешь быть здоров». Применяемые формы внеурочной деятельности: решение проблемных ситуаций; подбор информации выставка; презентация детских работ.

Второй класс – 3ч. Темы занятий : «Как утолить жажду...»«Что надо есть, если хочешь стать сильнее». *Применяемые формы внеурочной деятельности:* подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах конкурс, викторина.

Третий класс –3 ч. Темы занятий : «Из чего состоит наша пища» «Как правильно питаться, если занимаешься спортом».

Применяемые формы внеурочной деятельности: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах . просмотр кинофильмов; экскурсия

Четвёртый класс – 3ч. Темы занятий : «Где и как готовят пищу» «Как правильно вести себя за столом»

Применяемые формы внеурочной деятельности: подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах просмотр кинофильмов; выставка

Режим питания (14 часов)

Первый класс - 13 ч. Темы занятий : «Плох обед, если хлеба нет» «Полдник. Время есть булочки» «Пора ужинать».

Применяемые формы внеурочной деятельности: решение проблемных ситуаций; подбор информации просмотр кинофильмов; экскурсии в парки и музеи презентация детских работ.

Второй класс – 14ч. Темы занятий : «Каждому овощу своё время» «Что нужно есть в разное время года». *Применяемые формы внеурочной деятельности:* подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах конкурс, викторина.

Третий класс –14ч. Темы занятий : «Что и как можно приготовить из рыбы» «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен» *Применяемые формы внеурочной деятельности:* подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах, просмотр кинофильмов.

Четвёртый класс – 14ч. Темы занятий : «Кулинарное путешествие по России». *Применяемые формы внеурочной деятельности:* подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах просмотр кинофильмов; экскурсии в парки и музеи.

Витамины круглый год (12 часов)

Первый класс - 12 ч. Темы занятий : «Удивительные превращения пирожка». *Применяемые формы внеурочной деятельности:* решение проблемных ситуаций; подбор информации просмотр кинофильмов; экскурсии в парки и музеи презентация детских работ.

Второй класс – 12ч. Темы занятий : «Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты» «Каждому овощу своё время» «Праздник урожая». *Применяемые формы внеурочной деятельности:* подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах конкурс, викторина просмотр кинофильмов.

Третий класс – 12ч. Темы занятий : «Молоко и молочные продукты» «Блюда из зерна». *Применяемые формы внеурочной деятельности:* подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах . просмотр кинофильмов.

Четвёртый класс – 12ч. Темы занятий : «Дары моря» «Как правильно вести себя за столом». *Применяемые формы внеурочной деятельности:* подбор информации; презентация детских работ; работа в парах и группах просмотр кинофильмов; выставка работ

4. Тематическое планирование содержания курса «Здоровое питание» с определением основных видов деятельности

1 класс				
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
Поговорим о продуктах	5	Если хочешь быть здоров.	1	Знакомство с героями программы; чтение по ролям. Анкетирование учащихся и родителей; дидактические и сюжетно-ролевые игры. Чтение по ролям; творческая мастерская «Полезные продукты»; динамическая игра «Вкусные старты». Экскурсия в магазин, заполнение дневника питания. Аукцион «Правильное питание»; конкурс семейных плакатов «Правила питания»; мини-исследование «Семейные традиции и гигиена питания».
		Анкетирование детей «Полезные привычки»	1	
		Самые полезные продукты.	1	
		Экскурсия в магазин.	1	
		Раздельное питание.	1	
Гигиена питания	3	Как правильно есть (гигиена питания).	1	Наблюдение за своим режимом питания; творческая мастерская «Режим питания»; чтение по ролям. Дидактические и сюжетно-ролевые игры.
		Игра-инсценировка «Шел по городу волшебник».	1	
		Удивительные превращения пирожка.	1	
Режим питания	13	Проект. «Режим питания школьника».	2	Наблюдение за своим режимом питания; творческая мастерская «Режим питания». Мини-проект «Путешествие зёрнышка», мини-исследование «Мамина каша»; викторина «Знатоки злаков»
		Соревнования.		
		Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной.	2	Дидактические и образно-ролевые игры; чтение по ролям; конкурс загадок; рассказ по картинкам; конкурс «Венок пословиц»; семейная фотовыставка «Секреты обеда».
		Викторина «Печка в русских сказках».		
		Плох обед, если хлеба нет .	5	Дидактические игры; игра – демонстрация «Молоко – волшебный дар»; игра – дегустация «Молочные родственники»; игра-конкурс «Путешествие по Молочной реке»; семейная выставка – ярмарка «Просто, вкусно и красиво!»
		Подготовка к « Празднику хлеба».		
		Игры: «Секреты обеда», «Советы хозяйюшки».		
Настольная игра.	2	Дидактические игры; чтение по ролям; игра «Объяснялки»; игра – дегустация «Запеканки»; семейный конкурс бутербродов; фотовыставка «Мой любимый		
Полдник, время есть булочки.				
Конкурс – викторина «Знатоки молока».				

		Игра «Кладовая народной мудрости».		бутерброд,отправляйся прямо в рот!» Экскурсия.
		Пора ужинать.	2	
		Практическая работа «Приготовление бутербродов».		
		Экскурсия в столовую.		
Витамины круглый год	12	Где найти витамины весной.	2	Фотовыставка «Где найти витамины весной» Практическая работа по выращиванию лука, овса
		Практическая работа «Проращивание репчатого лука (овса)».		
		На вкус и цвет товарищей нет.	2	Дидактические игры. Практическая работа по определению вкуса продуктов
		Практическая работа «Определи вкус продукта».		
		Экскурсия в магазин (киоск) «Соки. Воды».	2	Экскурсия в магазин. Игра «Если хочется пить».
		Если хочется пить.		
		Велосипедный спорт (прогулка на велосипедах).	2	Фотовыставка «Мой двухколесный друг». Дидактические игры; чтение по ролям.
Что надо есть, если хочешь стать сильнее.				
		Работа на участке. Посадка лука.	1	Работа на участке.
		Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты.	3	Конкурс семейных плакатов «Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты»;
		Каждому овощу - своё время . Викторина «Знатоки здорового питания».		Дидактические и образно-ролевые игры; чтение по ролям; конкурс загадок. Проведение викторины

2 класс				
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
Поговорим о продуктах	5	Где найти витамины весной./ дидактическая игра/	1	Дидактические игры; чтение по ролям; рассказ по картинкам; игра-дегустиция «Отгадай сухофрукт»; конкурс мини-сказок «Вкусные истории»; творческая мастерская «Чудесная корзинка»; проведение КВН «Витаминный ералаш».
		Игра –дегустиция «Отгадай сухофрукт»	1	
		Конкурс минисказок «Вкусные истории»	1	
		Творческая мастерская «Чудесная корзинка»	1	
		КВН «Витаминный ералаш»	1	
Гигиена питания	3	«Как утолить жажду...»	1	Игра-демонстрация «Мы не дружим с Сухомяткой»; игра-дегустиция «Угадай на вкус, дружок, из чего в стакане сок»чтение по ролям.
		Игра-демонстрация «Мы не дружим с сухомяткой»	1	
		Игра-дегустиция «Угадай дружок на вкус из чего в стакане сок »	1	
Режим питания	14	Каждому овощу свое время	2	Конкурс «Любимые овощи нашей семьи»; презентация детских работ. Дидактические игры; рассказ по картинкам встреча и беседа на тему занятия с профессиональным спортсменом; семейные соревнования «Вкусные эстафеты». Игра-демонстрация «Угадай на вкус!»;чтение по ролям. Мини-исследование «В царстве пряностей»;творческая мастерская «Кулинарная книга»; семейный конкурс «Знатоки пряностей». Дидактические игры; чтение по ролям; рассказ по картинкам; творческие мастерские «Школа карлинга»; «Чудеса своими руками»; выставка «Цитрусовые фантазии».
		Конкурс «Любимые овощи вашей семьи		
		Что нужно есть в разное время года	4	
		Что надо есть, если хочешь стать сильнее.		
		Беседа с профессиональным спортсменом.		
Семейные соревнования «Вкусные эстафеты»	2			
«На вкус и цвет товарищей нет».				
Игра-демонстрация «Угадай на вкус»	3			
Мини-исследование				

3 класс				
Раздел	Кол-во часов	Темы		Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
		«В царстве пряностей»	Кол-во часов	
Поговорим о продуктах	5	Творческая мастерская «Познакомимся «Кулинарная книга»	1	Знакомство с новыми героями программы; чтение по ролям; игровое путешествие «Вспоминаем то, что знаем»; игровая мастерская (конструирование игр по изученным темам программы). Чтение по ролям; заполнение дневника здоровья; образно-ролевая игра; исследовательская работа «Домашний завтрак и школьный обед»; устный журнал «Витаминка» (выступление перед ребятами других классов).
		Из чего состоит Семейный конкурс «Знатоки пряностей»	1	
		Белки, углеводы и жиры	3	
		Творческая мастерская «Школа кардинга» минеральные вещества	1	
		Творческая мастерская «Составление меню. Практические задания «Чудеса своими руками»	1	
Гигиена питания	3	Что нужно есть в разное время года	1	Дидактические игры; исследовательская работа учащихся «Русская народная мудрость о правильном питании»; конкурс
		«Питусовые блюда для фантазии»	1	
Витамины круглый год	12	«Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты»	4	Рассказ по картинкам кулинаров, работа в мини-группах «Составление меню спортсмена»; образно-ролевые игры Презентации лекторий: беседа с тренером детей спортивной школы о режиме питания Мини-исследование «Вершки и корешки».
		Как правильно питаться, если ты спортсмен	1	
Режим питания	14	«Каждому свое время»	2	Работа в группах по оформлению конкурсов «Р.Человек своей семьи» семейная проектная работа в группах КВН «Азбука правильного питания»; творческий конкурс «Знаток оформления здорового питания» конкурс для младшеклассников «Блюда из рыбной книги» Дидактические игры; исследовательская работа «Как раньше готовили пищу на Руси»; сюжетно-ролевая игра «Сервировка стола» Экскурсия
		Презентация исследования «Варает и Корешки» можно	4	
		Беседа с врачом «Рыбный и лук от всех недугов»	1	
		Конкурс «Ремонт в рыбной»	4	
		Дары моря выставка «Овощной ресторан» Экскурсия в рыбный КВН «Азбука		
		«Правильно питаться, если ты спортсмен»	4	
		Следствие из кулинарной книги «Питание и Как раньше готовили пищу на	3	

		<p>Руси.</p> <p>Экскурсия в школьную столовую.</p>		
		<p>Столовая и кухонная посуда.</p> <p>Бытовая техника.</p> <p>Как правильно накрыть стол.</p> <p>Предметы сервировки стола</p>	4	
Витамины круглый год	12	<p>Молоко и молочные продукты.</p> <p>Кисломолочные продукты.</p> <p>Встреча с технологом молочного комбината.</p> <p>Что такое сепаратор.</p> <p>Люди каких профессий работают на ферме.</p> <p>Проект «Технология приготовления молочных продуктов в домашних условиях».</p>	6	<p>Дидактические игры; дегустация молочных продуктов; встреча с технологом молочного комбината; исследовательская (семейная) работа «Технология приготовления молочных продуктов в домашних условиях».</p> <p>Исследовательская работа учащихся (групповая) «От зерна до каравая»; чтение по ролям; дидактические игры; творческая мастерская «Зёрнышко».</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «На кухне», разгадывание кроссвордов и загадок.</p>
		<p>Блюда из зерна.</p> <p>Механизмы, помогающие хлеборобам посеять, вырастить и собрать урожай.</p>	2	
		<p>Сюжетно-ролевая игра «На кухне».</p> <p>Приглашаем на обед. <i>Практическое</i></p>	4	

		занятие. Разгадывание кроссворда «Федорино горе». Конкурс загадок. Подведение итогов.		
--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

4 класс				
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
Поговорим о продуктах	5	Какую пищу можно найти в лесу	1	Экскурсия «Полезные растения»; «Полезные грибы»; обработка и оформление материала по итогам урока-путешествия «Полезные грибы» (составление игр, загадок, кроссвордов и т.п.).
		Экскурсия «Полезные растения»; «Полезные грибы»	1	
		Полезные грибы» (составление игр, загадок, кроссвордов	1	
		Викторина «Знаешь ли ты грибы ».	1	
		Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	1	
Гигиена питания	3	Где и как готовят пищу	1	Экскурсия в школьную столовую. Сюжетно-ролевые игры по правилам поведения за столом.
		Экскурсия в школьную столовую	1	
		Сюжетно-ролевые игры «Как правильно вести себя за столом».	1	
Режим питания	14	Кулинарное путешествие по России. Проект «Секреты традиционных блюд твоей местности». Семейная фотовыставка «Секреты нашей кухни».	5	Исследовательская работа учащихся (групповая) «Секреты традиционных блюд твоей местности» и « Как питались на Руси и в России» Кулинарный конкурс «Любимое блюдо моей семьи». Семейная фотовыставка «Секреты нашей кухни». Оформление книги рецептов «Что ни дом, то традиция». Работа в группах «Интервью на кухне»; исследовательская работа

		<p>Кулинарный конкурс «Любимое блюдо моей семьи».</p> <p>Проект. « Как питались на Руси и в России»</p>		<p>«От костра до микроволновки»; Участие в творческих мастерских, проектах и конкурсах. Экскурсия на предприятие общественного питания</p>
		<p>Оформление книги рецептов «Что ни дом, то традиция».</p> <p>Мини-исследование «Посуда в русских сказках».</p> <p>Мини-исследование «От костра до микроволновки»</p>	3	
		<p>Творческая мастерская «Салфетная фантазия».</p> <p>Творческая мастерская «Салфетницы своими руками»</p>	2	
		Проект «Интервью на кухне»	1	
		<p>Конкурс рисунков «Мое любимое блюдо».</p> <p>Творческая мастерская «Фруктово-овощная фантазия».</p> <p>Экскурсия на предприятие общественного питания</p>	3	
Витамины круглый год	12	<p>Дары моря.</p> <p>Экскурсия в океанариум.</p> <p>Творческая мастерская «Морские обитатели».</p>	7	<p>Дидактические игры; чтение по ролям; экскурсия в океанариум; составление устного журнала для малышей «Полезные морские обитатели».</p> <p>Участие в творческих мастерских, проектах , выставках и конкурсах. Сюжетно-ролевая игра «Сервировка стола» и «Идём в гости».</p>

	<p>Устный журнал для малышей «Полезные морские обитатели».</p> <p>Проект «Морские обитатели Черного моря».</p> <p>Викторина «Знаешь ли ты морских обитателей».</p> <p>Выставка поделок из овощей и фруктов «Подводный мир»</p>		<p>Сюжетно-ролевые игры по правилам поведения за столом.</p>
	<p>Как правильно вести себя за столом.</p> <p>Как правильно накрыть стол.</p> <p>Творческая мастерская «Украшаем стол».</p> <p>Сюжетно -ролевая игра «Идём в гости».</p> <p>Выставка и дегустация блюд, приготовленных собственными руками.</p>	5	

5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<i>1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</i>		
Список литературы, рекомендуемой для детей		
1.	М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. Рабочая тетрадь для школьников «Разговор о правильном питании» . 1- 2 класс. - М.: – ОЛМА Медиа Групп, 2012.	30
	М.М.Безруких,Т.А.Филиппова,А.Г.Макеева «Две недели в лагере здоровья» 3-4 класс. - М: -ОЛМА Медиа Групп, 2012.	30
Список литературы, рекомендуемой для педагога		
1.	Разговор о правильном питании. Учебно – методическое пособие. /М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева.– - М: -ОЛМА Медиа Групп, 2011.	1
	Две недели в лагере здоровья. Учебно – методическое пособие. /М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева. - М: -ОЛМА Медиа Групп, 2011.	1
<i>2. Технические средства обучения</i>		
1.	Телевизор	1
2.	Музыкальный центр	1
3.	Видеопроектор	1
4.	Компьютер	1
<i>3. Экранно-звуковые пособия</i>		
1.	Мультимедийный проектор	1
2.	Экран для проектора	1
<i>5. Игры и игрушки</i>		
1.	Спортивный инвентарь (мячи, скакалки, обручи, бадминтон)	10
2.	Карандаши, фломастеры, краски, ватман, клей, ножницы, цветная бумага	10

Литература:

1. Безруких М. М., Филиппова Т. А., Макеева А. Г. «Две недели в лагере здоровья» «ОЛМА-ПРЕСС» М., 2003;
2. М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева рабочая тетрадь «две недели в лагере здоровья»
3. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильной питании / Методическое пособие – М, ОЛМА-МЕДИА ГРУПП, 2007 г.;
4. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Рабочая тетрадь для школьников «Разговор о правильной питании» – М., ОЛМА-МЕДИА ГРУПП, 2004 г.;
5. Брехман И. И. «Введение в Валеологию – науку о здоровье»
6. Зайцев Г., Зайцев А. Твоё здоровье. – С-Пб., 1997
7. Коростелёв Н. От А до Я детям о здоровье. – М.: Медицина, 1987
8. Витамины. Под редакцией Смирнова М.П. – М.: Медицина, 1974 г.
9. Езушина Е.В. Азбука правильного питания. Дидактические игры, викторины, сказки, исторические справки.- Волгоград: Учитель, 2008