

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 13 Г ХИЛОК

Принято  
на педагогическом совете  
МБОУ СОШ № 13  
От «28» августа 2024 г.

Утверждено  
Директор МБОУ СОШ №13  
Налабордина Н.В.   
От «28» августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная  
Общеразвивающая программа  
«Разговор о правильном питании»

Возраст обучающихся: 9-11 лет  
Уровень программы: базовый.

Составитель: Михайлова Ксения Викторовна,  
учитель начальных классов

-Хилок-  
2024-2025 г.

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

Срок реализации: 1 год.

### **Пояснительная записка**

В системе общечеловеческих ценностей, которыми должно овладеть подрастающее поколение, основополагающее место уделяется здоровью.

Сбережение здоровья обучающихся как один из ведущих принципов государственной политики раскрывается в Федеральном законе №273 «Об образовании в Российской Федерации». Жизнь и здоровье человека рассматриваются в нем в качестве приоритетных направлений деятельности государства. Таким образом, создание условий для поддержания здоровья в оптимальном состоянии, содействие здоровому образу жизни школьников – одна из первоочередных задач процесса воспитания подрастающего поколения.

Данная программа разработана с учетом:

- Федерального Закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об Образовании в Российской Федерации»;

- Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- Письма Минобрнауки Российской Федерации от 11.12.2006 г. № 06- 1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования»;

- Письма Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ", утвержденного приказом Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 (Зарегистрировано в Минюсте России 18.09.2017 N 48226);

- Методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД-39/04.

**Актуальность** данной программы заключается в том, что она способствует внедрению в массы правил питания, его рационального использование в семье; получению знаний о сбалансированности питания и соблюдения режима питания; формированию личностной позиции учащихся по сохранению и укреплению здоровья; осознанию каждым человеком социальной значимости его здоровья.

Отличительные особенности программы в том, пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов. Программа имеет большую практическую направленность.

**Направленность программы** – социально-педагогическая.

Дополнительная образовательная программа «Разговор о правильном питании» составлена на основе разработанной сотрудниками Института возрастной физиологии Российской академии образования по инициативе компании «Нестле Россия» под руководством директора Института Возрастной физиологии, академика Российской академии образования Марьяны Михайловны Безруких программы «Разговор о здоровье и правильном питании». Содержание программы базируется на российских кулинарных традициях и имеет строго научное обоснование. Консультационную поддержку программе оказывает Институт питания РАМН.

**Новизна** в том, что реализация программы «Разговор о правильном питании» поможет восполнить пробелы родителей и детей в организации культуры питания как основы здорового образа жизни, и как следствие укрепить и сохранить здоровье детей.

Педагогическая целесообразность программы в том, что включает в себя множество аспектов: социальный, экологический, экономический и т.д. Одно из ведущих мест среди них занимает культурный аспект, связанный с формированием у подрастающего поколения ценностного отношения к собственному здоровью. Важную роль в реализации этой задачи играет дополнительная общеобразовательная программа «Разговор о правильном питании».

**Цель** – создание условий для формирования у обучающихся основ культуры питания, как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- формировать знания о правилах рационального питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- способствовать освоению детьми практических навыков рационального питания;
- развивать познавательные, творческие и коммуникативные способности детей, расширять их интересы и кругозор.
- 
- Адресат программы: детский возраст 9-11 лет.

Объем и срок освоения программы

Занятия проводятся 1 раз в месяц. Продолжительность занятия - 45 минут, с установленными перерывами в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014 № 41. Количество часов за год – 9 часов.

Форма реализации программы: очная, очно-заочная.

Категория обучающихся

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной программы 8-10 лет. На обучение по программе принимаются все желающие.

**Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся 8 – 10 лет.**

Подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо - вот, пожалуй, и все характерные черты. В эту пору высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей.

Физические особенности

- Дети этого возраста очень подвижны, энергичны. Ребенок растет очень быстро, но его рост неравномерен. Так как сердце не растет в пропорции с его телом, он не может вынести длительные периоды напряженной деятельности.
- Ребенок может сосредоточить свое внимание на 15 минут. Но его произвольное внимание не прочно: если появляется что-то интересное, то внимание переключается. Активно реагирует на все новое, яркое.

- Любит слушать речь взрослого, но необходимо учитывать, что порог слышимости и острота слуха еще не достигли своих наибольших величин (это произойдет в подростковом возрасте).

#### Интеллектуальные особенности

- Ребенок живет, в основном, настоящим. У него ограниченное понимание времени, пространства и чисел.
- Наши слова ребенок может понимать буквально. Затруднено понимание абстрактных слов и понятий.
- Любит задавать вопросы: «Почему?», «А правда ли это?»
- Ребенок хорошо запоминает факты, сведения, стихи. Прекрасный возраст для заучивания наизусть. Более легко запоминает слова, чем мысли.
- Особенно хорошо запоминает то, что чем-то мотивировано, значимо.

#### Эмоциональные особенности

- Начинает развиваться система оценок, но эмоции часто заслоняют объективность оценки. Авторитет взрослого еще так велик, что нередко собственную оценку заслоняет оценка взрослого.
- Достаточно хорошо может оценить и предвидеть предполагаемую реакцию взрослого. Прекрасно знает, когда и с кем что можно позволить.
- Ребенок нуждается в любви и опеке.
- Старается помочь маме по дому и учителям.

#### Социальные особенности

- Дети этого возраста дружелюбны. Им нравится быть вместе и участвовать в групповой деятельности и в играх. Это дает каждому ребенку чувство уверенности в себе, так как его личные неудачи и недостатки навыков не так заметны на общем фоне.
- Нравится заниматься изготовлением поделок, но чаще ребенок трудится лучше в начале, чем при завершении этого труда. Мальчикам больше нравятся энергичные игры, но они могут поиграть и с игрушками вместе с девочками.
- Ребенок гордится своей семьей, желает быть с семьей.

#### Формы организации внеурочной деятельности

- Групповая работа (сюжетно-ролевые игры, игры с правилами, образно-ролевые игры, дискуссии).
- Фронтальная работа (беседы, рассказ, чтение статей, информационного материала).
- Индивидуальная работа.

### **Содержание учебного плана (9 часов)**

#### Ценностные ориентиры содержания.

Одним из результатов реализации программы «Разговор о правильном питании» является решение задач воспитания – осмысление и интериоризация (присвоение) младшими школьниками системы ценностей.

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира - частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни

в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности к любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, страны и государства.

#### Учебный план (4 класс)

№ п\п	Название раздела	Общее кол-во часов	Теоретические часы	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие. Если хочешь быть здоров.	2	1	1	Рисунок "ЗОЖ"
2	Самые полезные продукты	1	0,5	0,5	Тест
3	Как правильно есть?(гигиена питания)	2	1	1	Игра - обсуждение "Законы питания"
4	Режим питания школьника	2	1	1	Игра - соревнование "Кто правильно покажет время завтрака, обеда, ужина"
5	Из чего варят кашу? Как сделать кашу вкусной?	1	0,5	0,5	Составление книги "Рецепты вкусной и полезной каши"
6	Плох обед, если хлеба нет.	2	1	1	Игра "Советы хозяйшки"
7	Полдник. Время есть булочки.	2	1	1	Конкурс - викторина "Знатоки"
8	Пора ужинать	2	1	1	Игра "Что можно есть на ужин"
9	На вкус и цвет товарищей нет	1	0,5	0,5	Практическая работа "Определи продукт на вкус"

1. Вводное занятие. Если хочешь быть здоров.

Теория: обсуждение понятия «здоровье», ЗОЖ, «здоровое питание».

Практика: рисунки «ЗОЖ».

2. Самые полезные продукты.

Теория: дать представление о том, какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку каждый день; научить детей выбирать самые полезные продукты.

Практика: сюжетно-ролевая игра «Мы идем в магазин», игра-соревнование «Разложи продукты на разноцветные столы», динамическая игра «Поезд», тест «Самые полезные продукты».

3. Как правильно есть (гигиена питания).

Теория: формировать у школьников представление об основных принципах гигиены питания.

Практика: игра-обсуждение «Законы питания», игра-инсценировка, игра «Чем не стоит делиться».

4. Режим питания школьника.

Теория: доказать необходимость приема пищи в одно и то же время.

Практика: игра-соревнование «Кто правильно покажет время завтрака, обеда, ужина» беседа.

5. Из чего варят каши? Как сделать кашу вкусной?

Теория: формировать у детей представление о завтраке как обязательном компоненте ежедневного меню, различных вариантах завтрака.

Практика: игра «Пословицы запутались», игра «Отгадай-ка», игра «Знатоки», игра «Сложные слова», составление книги «Рецепты вкусной и полезной каши».

6. Плох обед, если хлеба нет.

Теория: формирование представления об обеде, как обязательном компоненте ежедневного рациона питания, его структура.

Практика: венок из пословиц, песня «Зернышко», игра «Угадай-ка», игра «Секреты обеда», игра «Советы Хозяйшки», игра «Лесенка с секретом».

7. Полдник. Время есть булочки.

Теория: познакомить детей с вариантами полдника, дать представление о значении молока и молочных продуктов.

Практика: конкурс-викторина «Знатоки», игра-демонстрация «Это удивительное молоко», кроссворд «Молоко», задание «Подбери рифму», игра «Кладовая народной мудрости».

8. Пора ужинать.

Теория: формирование представления об ужине как обязательном компоненте рациона питания, его составе.

Практика: игра «Объяснялки», игра-демонстрация «Как приготовить бутерброд», игра «Что можно есть на ужин».

9. На вкус и цвет товарищей нет.

Теория: познакомить детей с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов и привить практические навыки распознавания вкусовых качеств наиболее употребительных продуктов.

Практика: практическая работа «Определи вкус продукта», опыт, практическая работа «Какой сок?», конкурс-викторина «Что за чудо пирожки?», игра «Приготовь блюдо»

## **Планируемые результаты и способы определения их результативности**

В результате реализации программы младшие школьники получают знания:

- о правилах и основах рационального питания,
  - о необходимости соблюдения гигиены питания;
  - о полезных продуктах питания;
  - о структуре ежедневного рациона питания;
  - об ассортименте наиболее типичных продуктов питания;
  - об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в рационе питания;
  - об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме;
- умения и навыки:
- самостоятельного оценивания своего рациона с учётом собственной физической активности;
  - самостоятельного выбора продуктов, в которых содержится наибольшее количество питательных веществ и витаминов.

Отслеживание уровня усвоения материалы происходит при помощи различных формам: собеседование; анкетирование; наблюдение; викторины; тестирование, проводимое на базе кружка во время занятий; индивидуальная и групповая работа; эксперименты и наблюдения в природе; практические и исследовательские работы; участие обучающихся в таких мероприятиях как: КВН; школьный и муниципальный этап олимпиады по окружающему миру, научно-практической конференции «Я – исследователь», областных и региональных мероприятиях: «Эму», «Лисенок», «Старт в науку» и др.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий.**

Формы аттестации.

Текущий контроль – проходит на каждом занятии. Педагог следит за правильностью усвоения нового материала (наблюдение, микро-опрос и т.д.).

Комплексный (анкетирование, тестирование, проверочное занятие, конкурс, викторин, мини-выставки). Помогает педагогу проверить усвоение данного материала и выявить детей, которым нужна помощь педагога.

Итоговый контроль – проводится в конце учебного года, для того, чтобы выявить уровень полученных знаний и умений, приобретенных в данном учебном году (итоговое занятие, составление альбома творческих работ, выставки, участие в творческих конкурсах).

### **Этапы педагогического контроля**

Вид контроля

Входящий

Цель: Определить уровень знаний и умений при работе с атласной лентой.

Содержание: Выполнение элементарных заданий, с устным пояснением

Форма: Устный опрос Практическая работа

Критерии: Выбор темы заранее, практическая работа

Вид контроля: Промежуточный

Цель: Определить уровень освоения и оценить результат работы

Содержание: Изготовление изделий обучающимися

Форма: Индивидуаль-ная работа

Критерии: Правильность при выполнении работы.

Вид контроля: Итоговый

Цель: Определить умение самостоятельного выполнения работы, применяя все знания, умения и навыки, полученные за год обучения

Содержание: Подбор материала, эскиз будущего изделия, практическая работа.

Форма: Выставка работ Выбор темы заранее, практическая работа

Критерии: Правильность, аккуратность, осознанность и самостоятельность при выполнении работы

### **Условия реализации программы**

Материально-технические и информационные условия

Для обучающихся Безруких М.М., Филиппова Т.А. «Разговор о правильном питании: рабочая тетрадь для школьников», - М.: «Олма-Пресс», 2012, - 71.

Для учителя Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. «Разговор о правильном питании»: методическое пособие для учителя», - М.: «Олма-Пресс», 2007,-47 с.

Для родителей Брошюра программы о правильном питании – родителям «Разговор о правильном питании», - М.: «Олма-Пресс», 2011, - 1 с.

Технические средства 1. Классная доска

2. Персональный компьютер с проектором.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование 1. Наборы счётных палочек.

2. Набор картинок с овощами, фруктами, продуктами питания.

3. Набор карточек с цифрами и знаками.

4. Демонстрационные плакаты.

5. Макеты овощей, фруктов.

Для реализации программы используется:

- Репродуктивный – (беседа, вопросы, тесты, анкетирование).
- Проблемный.
- Частично-поисковый – (творческие задания, например, «Режим для моей семьи». «Любимые блюда мамы». «Чем тебя накормит лес» и др.).
- Объяснительно-иллюстрированный.
- Исследовательский.
- Проектный.

### **Список литературы**

1. Плешаков А.А. «От земли до неба» атлас-определитель. М «Просвещение» 2019-223с.

2. Котоусова А.М., Котоусов Н.Г. Вяленые фрукты и овощи. М.:, 2007 - 144 с.

3. Ладодо К.С., Отт В.Д., Фатеева Е.М. и др. Основы рационального питания детей. Киев, 2010 - 256 с.

4. Составители: Л. Н. Черкасова, Л. Т. Бабаджанова «Когда мамы нет дома...» М-1990, 6 с.

## Приложение

Тест «Самые полезные продукты»

1. Если мне надо выбрать шоколад или яблоко, я выбираю \_\_\_\_, потому что это.....
2. Если мне надо выбрать пирожное или виноград, я выбираю \_\_\_\_, потому что это.....
3. Если мне надо выбрать орехи или чипсы, я выбираю \_\_\_\_, потому что это.....
4. Если мне надо выбрать кока-колу или сок, я выбираю \_\_\_\_, потому что это.....

Критерии оценивания

Справились 4-2 б

Не справились 1-0 б

Игра «Чем не стоит делиться»

(На столе разложены: вилка, салат, салфетка, нож, сок в стакане, шоколадка, яблоко.)

1-й ученик просит 2-го поделиться с ним предметами, лежащими на столе. Ребята должны определить, чем можно делиться, а чем – нельзя. Обращается внимание на то, как следует разделить яблоко, шоколадку (нельзя откусывать, нужно разломить чистыми руками или воспользоваться ножом).

В ходе игры обращается внимание детей на соблюдение правил личной гигиены (садиться за стол с вымытыми руками, мыть фрукты и т.д.), а также правил этикета (в случае ошибки загорается красный семафор).

– Для того чтобы попросить что-нибудь, ты можешь использовать фразы, написанные на плакате. Давайте их прочитаем. С помощью каких фраз удобнее о чем-то попросить? А как можно вежливо отказать или возразить?

(На плакатах предложены различные фразы, употребляемые в наиболее частых ситуациях общения.)

Просьба:

Можно, я возьму...?

Дай мне, пожалуйста...

Не мог бы ты мне дать...

Я очень хотел бы взять... Похвала:

Ты молодец!

Здорово у тебя это

получилось!

Я очень рад за тебя!

Ты все сделал правильно!

Несогласие

(возразите другому):

Я не могу с тобой

согласиться.

Я думаю, что это не так.

Я думаю по-другому. Отказ (откажитесь

от предложения):

Извини, но я не могу...

Извини,

но так нельзя делать...

Игра-соревнование «Кто правильно покажет время завтрака, обеда, ужина»

Цель. Закрепить представление о необходимости и важности регулярного питания, соблюдения режима питания.

Ход игры. Педагог предлагает детям на модели частей суток (круг с изображениями: утро, день, вечер, ночь) правильно указать время завтрака, обеда, полдника и ужина

#### Игра «Советы Хозяюшки»

Цель. Закрепить представления о сервировке стола к обеду.

Ход игры. Педагог (Хозяюшка) демонстрирует ребятам правила сервировки стола к обеду. Вначале стелют салфетку, затем ставят закусочную тарелку, справа кладут нож и ложку, слева вилку. Стакан располагается справа от тарелки. После использования тарелка для закусочки меняется на тарелку для первого, а затем и второго блюда. После объяснения ребята должны повторить сервировку у себя за столами (используется пластмассовая посуда). Здесь может принять участие персонаж, который все путает и неправильно сервирует стол. Ребята должны указать на его ошибки.

#### Кроссворд «Молоко»

#### Игра «Что можно есть на ужин»

На доске закрепляется модель часов, а также картинки с изображением различных блюд. Обучающийся, выходящий к доске, должен поставить стрелки «часов» на время ужина, а затем указать блюда, которые следует использовать в качестве ужина, поясняя выбор. В качестве закрепления предыдущих тем можно предложить ребятам указать время и блюда завтрака, обеда и полдника.

#### Игра «Приготовь блюдо»

На столе разложены карточки с изображениями продуктов. Задание — приготовить традиционные русские блюда (выбрать продукты, необходимые для этого).

##### а) щи

- вода, молоко, чай;
- картофель, капуста, свекла, огурец, помидор, лук, редис;
- соль, сахар;
- майонез, сметана.

##### б) уха

- вода, лимон, квас;
- рыба, мясо;
- соль, перец, сахар, горчица;
- огурец, картофель, морковь, помидор.

##### в) окрошка

- вода, квас, ряженка;
- картофель, огурец, помидор, морковь, лук, редис;
- вареное яйцо, сухари;
- сметана, хрен, горчица.

##### г) гречневая каша

- вода, молоко;
- макароны, рис, пшено, гречка;
- соль, сахар;
- масло растительное, масло сливочное.

#### Игра «Праздник чая»

Цель. Сформировать представления о значении жидкости для организма человека и ценности разнообразных напитков.

В ходе занятия дети учатся правильно заваривать чай, узнают о его полезных свойствах, традициях, связанных с чаепитием.

Загадки «Что нужно для чаепития»:

Был листок зеленым —

Черным стал, томленным,

Был листочек зубчатым —

Стал листочек трубчатым.

Был он на лозине,

Стал он в магазине. (Чай) Бел как снег,

В чести у всех,

В рот попал,

Там и пропал. (Сахар)

Как начнет говорить-разговаривать,

Надо чай поскорее заваривать. (Чайник) Четыре ноги, два уха,

Один нос и брюхо. (Самовар)

Игра «Меню спортсмена»

Цель. Сформировать представление о связи рациона питания и занятий спортом, о высококалорийных продуктах питания.

На столе расставлены различные продукты или их макеты: шоколад, торт, чипсы, блюдо с рыбой, минеральная вода, кока-кола, мед, орехи и т. д. Сказочный персонаж, принимающий участие в игре, сообщает ребятам, что он решил стать спортсменом и потому должен правильно питаться. Для этого он собирает корзинку с полезными для спортсмена продуктами и просит ребят помочь ему в выборе. В ходе игры Сказочный персонаж делает множество ошибок, задача дошкольников — исправить их.

Викторина «Морские продукты»

1. Что такое «скрытый голод»?

- недостаток микроэлементов в питании;
- недоедание;
- диета;
- недостаток пищи в рационе

2. Назовите продукты питания, содержащие йод в наибольшем количестве

- рыба и морепродукты;
- макароны;
- хлеб;
- овощи и фрукты

3. Во время второй мировой войны японские солдаты пользовались высушенными креветками. Для того, чтобы воспользоваться такой креветкой, надо было ее слегка увлажнить. В качестве чего использовались креветки?

- как антисептик;
- как источник света;
- как талисман;
- как горючее

4. Вещество, используемое для приготовления желе, мармелада, суфле. Его получают из морских водорослей.

- желатин;

- агар-агар;
- морская соль;
- каучук

5. Какую из рыб, обитающих в Черном море, называют «золотой» за вкусное мясо?

- кефаль;
- барабуля;
- тунец;
- бычок

Ответы:

1. Недостаток микроэлементов в питании.
2. Рыба и морепродукты.
3. Антисептик.
4. Агар-агар.
5. Тунец.

Критерии оценивания

Справились 5-3 б

Не справились 2-0 б

Игра «Овощи и фрукты»

Цель. Познакомить детей с разнообразием фруктов, ягод, овощей, их полезными свойствами и значением для организма.

Дети распределяются на две команды с равным количеством игроков. Команды садятся на стулья друг против друга. Первые участники из каждой команды берут в руки маленькие мячи и начинают передавать их своим соседям. В одной команде при этом называются овощи, в другой — фрукты. При этом ребята могут говорить: «Положи в корзину овощ. Кладу огурец»;

повернувшись к соседу: «Положи в корзину овощ» и т. д.

Викторина «Знатоки молока»

За каждый правильный ответ 1 балл.

1. Первая еда родившегося ребенка (молоко)
2. Какое животное дает молоко? (корова, коза...)
3. Чем питается корова? (травой, сеном)
4. Чем корова кормит своего детеныша? (молоком)
5. Для чего детям необходимо молоко? (для роста)
6. Что это за продукт (загадка в черном ящике. Ведущий описывает молочный продукт из черного ящика)
7. К какому виду продуктов относится молоко, кефир и сметана? (молочные)
8. Какие полезные вещества содержатся в молоке и молочных продуктах? (витамины, минералы, микроэлементы, белки, жиры, углеводы)
9. Что получается при скисании молока? (простокваша)
10. Из чего получают сливочное масло? (из сливок, а сливки из молока)
11. Какого цвета молоко? (белое)
12. Сливочное масло жидкое или твердое? (замороженное - твердое, а оттаявшее – мягкое, но нежидкое).

Критерии оценивания

Справились 12-7 б

Не справились 6-0 б

### Викторина «В гостях у Нептуна»

1. Каких животных мы называем рыбами? (Позвоночных животных живущих в воде).
2. Как выглядят рыбы? (Гладкое, обтекаемое тело. Есть голова, туловище, гибкий хвост и плавники).
3. Как передвигаются рыбы? (двигаются вперед, волнообразно изгибая тело, помогают рыбам управлять движением плавники - хвостовой и боковые).
4. Чем дышат рыбы? (кислородом, растворенным в воде).
5. Каких рыб называют хищными? (Это рыбы, которые питаются другими, более мелкими рыбками и мальками, икрой).
6. Где живут рыбы? (Рыбы живут в морях, океанах, реках, озерах, прудах).
7. Как размножаются рыбы? (большая часть рыб откладывает икринки, а хищные акулы откладывают яйца, покрытые твердой скорлупой).
8. Сколько живут рыбы? (Рыбы живут, от пяти до ста лет).

Критерии оценивания

Справились 8-4 б

Не справились 4-0 б