

1. Вводное занятие. Что мы знаем о правильном питании	Сентябрь	1. Вводное занятие. Как много мы узнали	Сентябрь
2. Давайте познакомимся	Октябрь	2. «Что можно есть в походе»	Октябрь
3. Из чего состоит наша пища	Ноябрь	3. «Вода и другие полезные продукты»	Ноябрь
4. «Здоровье в порядке – спасибо зарядке»	Декабрь	4. «Что и как можно приготовить из рыбы»	Декабрь
5. «Закаляйся, если хочешь быть здоров»	Январь	5. «Дары моря»	Январь
6. «Как правильно питаться, если занимаешься спортом»	Февраль	6. «Кулинарное путешествие по России»	Февраль
7. «Где и как готовят пищу»	Март	7. «Спортивное путешествие по России»	Март
8. «Блюда из зерна»	Апрель	8. «Олимпиада здоровья»	Апрель
9. «Молоко и молочные продукты»	Май	9. «Праздник здоровья»	Май

3 часть (5 – 6 класс) «Формула правильного питания»

Раздел «Формула правильного питания» предназначен для реализации следующих воспитательных и образовательных задач:

- развитие представления подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;

- расширение знаний подростков о правилах питания, направленных на сохранении и укреплении здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;

- развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;