**МБОУ гимназия №14 им. Ю.А. Гагарина г. Ейска МО Ейский район**

**Разговор о правильном питании**

**при реализации программы «Разговор о правильном питании»**

Методический конкурс «Реализация программы «Разговор о правильном питании» как направление воспитательной работы педагога»

**Опыт работы по реализации программы**

**«Две недели в лагере здоровья»**

Автор

учитель начальных классов

***Мирошниченко Наталья Борисовна***

г. Ейск, 2019

***Календарно-тематическое планирование***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Материально-техническое обеспечение** | **Универсальные учебные действия, проекты, ИКТ-компетенции, межпредметные понятия** |
| 1 | Вводное занятие «Давайте познакомимся!» Правила гигиены. | 1 | Наглядный материал, демонстрационный материал, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья», ростомер, весы напольные | **ПУУД**Обобщают уже имеющиеся знания об основах рационального питания; знакомятся с новыми героями программыПерерабатывают полученную информацию: делают выводы в результате совместной работы**РУУД**Ориентируются на образец и правило выполнения действияОвладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками**КУУД**Слушают и понимают речь других ребят**ЛУУД**Применяют умения в области самоанализа и саморазвития |
| 2 | Из чего состоит наша пища | 1 | Макеты, опорные таблицы, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Узнают об основных группах питательных веществ и их функциях в организме; получают представление о необходимости разнообразного питания; учатся самостоятельно работать с различными источниками информации.**РУУД**Учатся сбору, обработке и передаче информации различными способами; определяют общую цель и пути её достижения.**КУУД**Доверительно и открыто говорят  о себе и  своих чувствах**ЛУУД**Осознают необходимость правильно питаться |
| 3 | Что нужно есть летом? Альбом «Летние продукты» | 1 | Раздаточный материал, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Узнают об особенностях питания в летний период, о причинах, вызывающих изменение в рационе питания; расширяют представление о традиции питания своего народа.**РУУД**Учатся искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах;Составляют план последовательных действий.Учатся оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей.**КУУД**Учатся понимать эмоции и поступки других людей**ЛУУД**Применяют умения в области правильного питания |
| 4 | Правильное питание для спортсменов. Фотоконкурс «Здоровая пища – красивая пища» | 1 | Раздаточный материал, опорные таблицы, презентация, демонстрационный материал, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Узнают о зависимости питания от физической активности; учатся оценивать и составлять свой рацион питания с учётом собственной физической активности; узнают о значимости питания и физической активности для здоровья детей.**РУУД**Учатся составлять план последовательных действий..**КУУД**Проявляют активность во взаимодействии коммуникативных и познавательных задач; **ЛУУД**Осознают значение питания для здоровья |
| 5 | Где и как люди готовят пищу. Игра «Для чего этот прибор?» | 1 | Выставка книг, муляжи, презентация, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Узнают о предметах кухонного оборудования, их назначении; запоминают основные правила гигиены, которые необходимо соблюдать на кухне; учатся осторожному поведению на кухне, предотвращающему возможность травмы**РУУД**Овладевают навыками преобразовывать информацию из одной формы в другую.**КУУД**Учатся координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.**ЛУУД**Оценивают результаты своей деятельности |
| 6 | Как правильно накрыть на стол. Конкурс «Лучшая салфеточка» | 1 | Раздаточный материал, муляжи, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Расширяют представления о предметах сервировки стола, узнают правила сервировки для ежедневного приёма пищи, осознают важность знаний правил сервировки стола, соблюдения этих правил как проявления уровня общей культуры человека.**РУУД**Учатся составлять план последовательных действий.; называть и определять объекты окружающей действительности в соответствии с содержанием.**КУУД**Проявляют активность во взаимодействии коммуникативных и познавательных задач.**ЛУУД**Оценивают результаты своей деятельности |
| 7 | Молоко и молочные продуктыАнкетирование «Что я знаю о молоке» | 1 | Раздаточный материал, муляжи, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Расширяют представление детей о молоке и молочных продуктах как обязательном компоненте ежедневного рациона, об ассортименте молочных продуктов и их свойствах; формируют представление о молоке и молочных продуктах как основных в рационе питания у разных народов, знакомятся с молочными блюдами, которые готовят в разных регионах страны**РУУД**Овладевают поиском и выделением необходимой информации из различных источников в разных формах.**КУУД**Учатся формулировать собственное мнение и позицию.**ЛУУД**Овладевают навыком адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих |
| 8 | Блюда из зерна. Экскурсия на хлебозавод. | 1 | Наборы карандашей. Красоки. Альбомы для рисования, цветная бумага, клей, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Расширяют знания детей о продуктах, получаемых из зерна; формируют представление о многообразии ассортимента продуктов, получаемых из зерна, о необходимости включения их в ежедневный рацион питания**РУУД**Учатся формулировать и удерживать познавательную задачу; выделять и обобщённо фиксировать существенные признаки объектов с целью решения конкретных задач**КУУД**Формируют нравственные чувства и нравственное поведение**ЛУУД**Ориентируются на понимание чувств другого человека |
| 9 | Какую пищу можно найти в лесу? Правила сбора грибов и ягод. Инсценировка «Лесная сказка» | 1 | Выставка книг, презентация, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья», муляжи грибов.  | **ПУУД**Узнают больше о съедобных дикорастущих растениях, возможности включения их в рацион питания; знакомятся с флорой края; вспоминают правила поведения в лесу, позволяющие избежать ситуаций, опасных для здоровья**РУУД**Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации**КУУД**Овладевают способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия**ЛУУД**Проявляют готовность следовать нормам природоохранного, нерасточительного поведения |
| 10 | Что и как приготовить из рыбы? Конкурс рисунков «Подводный мир» | 1 | Наборы карандашей. Красоки. Альбомы для рисования, цветная бумага, клей. | **ПУУД**Расширяют представление об ассортименте рыбных блюд, их полезности; продолжают овладевать навыками правильного поведения в походе.**РУУД**Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации**КУУД**Проявляют умение слушать собеседника**ЛУУД**Проявляют способность адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих |
| 11 | Дары моря. Игра «Рыбный магазин» | 1 | Раздаточный материал, опорные таблицы, презентация, демонстрационный материал, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Расширяют представление о морских съедобных растениях и животных, многообразии блюд из морепродуктов.Узнают о пользе морепродуктов, необходимости микроэлементов для организма**РУУД**Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации**КУУД**Адекватно оценивают собственное поведение и поведение окружающихИзвлекают с помощью учителя необходимую информацию из текста**ЛУУД**Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе обсуждения и общения. |
| 12 | Кулинарное путешествие по России. Кубанская кухня. Экскурсия в краеведческий музей. | 1 | Выставка книг, презентация, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Формируют представление о кулинарных традициях как части культуры народа.Узнают кулинарные традиции народов Кубани.**РУУД**Формулируют и удерживают познавательную задачу. Устанавливают аналогии и причинно – следственные связи.**КУУД**Учатся работать в паре и в группе**ЛУУД**Аргументируют свою позицию и координируют её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности |
| 13 | Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен. Мини-проект «Экономное меню» | 1 | Раздаточный материал, опорные таблицы, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Расширяют представление о блюдах, которые могут быть приготовлены из традиционных продуктов, о многообразии этого ассортимента. Закрепляют представление об основных требованиях, которые предъявляются к организации ежедневного рациона питания**РУУД**Осуществляют сбор, обработку и передачу информации различными способами.Определяют общую цель и пути её достижения.**КУУД**Учатся работать в паре и в группе**ЛУУД**Осознают важность для здоровья человека организации правильного питания |
| 14 | Итоговое занятие. Как правильно вести себя за столом. Стенгазета «Культура питания» | 1 | Выставка книг, презентация, рабочая тетрадь «Две недели в лагере здоровья» | **ПУУД**Расширяют представления о сервировке стола.Формируют представление о правилах поведения за столом, необходимости соблюдения этих правил как проявления уровня культуры человека.Учатся сервировать стол, правильно вести себя за столом.**РУУД**Осуществляют сбор, обработку и передачу информации различными способами.Определяют общую цель и пути её достижения.**КУУД**Учатся работать в паре и в группе**ЛУУД**Осознают важность для здоровья человека организации правильного питания |
|  | **Итого** | **14**  |  |  |

1. ***Основные воспитательные и образовательные задачи***

Основная задача воспитания и образования учащихся - сохранение физического и психического здоровья, формирование положительного отношения к здоровому образу жизни. Начальные представления учащихся о здоровом образе жизни, о правилах здорового и рационального питания, готовность выполнять эти правила формируется на начальном этапе образования.

На конкурс представлен методический материал по реализации 2 части программы «Две недели в лагере здоровья» для учащихся 3-4 классов.

**Цель:** продолжить формирование представления о культуре питания как неотъемлемой составляющей здорового образа жизни.

**Задачи:**

1. продолжить знакомство детей с основами рационального питания, выяснить связь правильного питания со здоровьем, формировать потребность в соблюдении этих правил;
2. способствовать соблюдению детьми здорового образа жизни через приучение к правильному питанию;
3. показывать на практике (на примере школьной столовой летнего лагеря) правильное меню, количество еды, режим питания;
4. формировать представление о правилах этикета, связанных с питанием, вызывать потребность в соблюдении правил этикета, являющихся неотъемлемой частью общей культуры личности;
5. пробуждать у детей интерес к народным традициям,связанным с питанием и здоровьем, расширить знания об истории и традициях Кубанской кухни;
6. воспитывать чувства уважения к культуре своего народа и культуреи традициям других народов;
7. просвещать родителей в вопросах организации правильного питания детей младшего школьного возраста.
8. ***Основные формы и направления педагогической работы***

В ходе реализации программы были использованы разнообразные формы и методы, носящие интерактивный характер. Важным условием реализации программы было вовлечение детей в работу, стимулирование их интереса к изучаемому материалу.

1. *Словесные методы* - рассказ, объяснение, беседа, дискуссия, чтение по ролям.
2. *Наглядные методы*.

3. *Игровые методики*– ролевые*(игра «Рыбный магазин»),* ситуационные, предметные*(игра «Для чего этот прибор?»)*.Образно-ролевые игры наиболее полно соответствуют возрастным особенностям младших школьников. Кроме того, сотрудничество в игре позволяет формировать коммуникативные универсальные учебные действия.

3. *Выполнение заданийв рабочей тетради* (авторы: Безруких М.М., Филиппова Т.А. Макеева А.Г.) позволяют систематизировать знания ребят по темам. Рабочая тетрадь выступает в роли личного дневника правильного питания, позволяет накапливать опыт, возвращаться к интересующим понятиям. В процессе выполнения заданий в тетради дети делают записи, раскрашивают, работают с наклейками.

4. *Оригинальные формы организации занятий:* экскурсия на хлебозавод, в краеведческий музей; составление альбомов по темам *(альбом «Летние продукты»);* конкурсы (*конкурс «Лучшая салфеточка», фотоконкурс «Красивая пища – здоровая пища»)* анкетирование *(«Что я знаю о молоке»);* составление стенгазет *(стенгазета «Культура питания»);* инсценировки *(«Лесная сказка»);*мини-проекты *(«Экономное меню»);* совместная работа с родителями.

1. ***Описание методики реализации программы***

Учебно-методический комплект **«Две недели в лагере здоровья»** является продолжением программы «Разговор о правильном питании» и предполагает вариативность при выборе площадок для реализации.

**В рамках внеурочной деятельности** нами была выбрана наиболее подходящая, на наш взгляд, площадка для её реализации - **профильный летний лагерь с дневным пребываниемна базе МБОУ гимназия №14.**

Так как программа **«Две недели в лагере здоровья»** является продолжением программы «Разговор о правильном питании», то её участниками стали дети, прошедшие первую часть программы, **в возрасте 9-10 лет.**

Реализация программы «Две недели в лагере здоровья» в летнее времядаёт больше возможностей, чем в учебном году. Пребывание в лагере предполагает общее оздоровление детей. Ребята узнают и соблюдают правила здорового образа жизни, в понятие которого входит и правильное питание. Такой подход позволяет не разрывать теорию и практику, ведь на занятиях кружка дети узнают и обсуждают правила здорового питания, а в школьной столовой питаются по этим самым правилам. Так курс приобретает **практико-ориентированный характер.** Дети видят реализацию того, что они узнают и чему учатся на занятиях. Таким образом, курс **становится актуальным.**

Летнее время позволяет проводить часть занятий на свежем воздухе, что увеличивает разнообразие форм работы и способствует укреплению и сохранению здоровья детей. Содержание программы, её тематика, а также используемые формы и методы ее реализации носят игровой характер, что соответствует возрастным особенностям детей, обеспечивает условия для активного включения их в процесс обучения. Задания, предлагаемые в рабочей тетради, её герои и их ситуация близки детям, так как они сами находятся в похожем положении, что вызывает особый интерес.

1. ***Участие родителей при реализации методики***

Применяя нашу методику, нам важно было привлечь родителей, чтобы принципы питания, которые дети усваивают на занятиях, соблюдались дома и находили отклик у их родителей. Ведь когда ребёнок видит единство требований в семье и обществе, он их принимает и делает своими. В вопросах питания не должно быть противоречий между семьёй и школой. Для этого в школе ещё до реализации второй части программы «Две недели в лагере здоровья» проводились встречи и дни открытых дверей в школьной столовой, где родители имели возможность лично попробовать правильную и здоровую пищу. Также проводились беседы родителей со школьным медработником, который рассказывал о важности правильного питания для детского организма.

Во время реализации программы родители были привлечены к организации и проведению инсценировки «Лесная кухня». Также родители стали участниками опросов «Какими продуктами мы питаемся», «Что такое здоровая пища?» и др., помогали в организации игры «Для чего этот прибор»,предоставив интересные и необычные приспособления для приготовления пищи, что вызвало заинтересованность родителей к теме правильного питания, помогли в организации экскурсий на хлебозавод, в краеведческий музей.

Благодаря программе «Разговор о правильном питании», родители узнали о сайте <https://www.prav-pit.ru>, на котором нашли много познавательной информации об интересных играх и викторинах, и в дальнейшем дома смогли продолжать беседу с детьми о правильном питании в увлекательной форме.

1. ***Анализ эффективности методической системы***

В начале занятий среди детей был проведён опрос «Что ты ешь на завтрак», в ходе которого выяснилось, что 69 % учащихся соблюдают принципы здорового питания в домашних условиях. Это объясняется тем, что дети и их родители уже освоили первую часть программы «Разговор о правильном питании», но результат показал, что ещё некоторым из них есть к чему стремиться, ведь изменить пищевые семейные привычки не так-то просто. Многие дети не завтракают дома вовсе, другие завтракают, но всухомятку, либо не совсем здоровой пищей. Любимыми продуктами были названы колбаса, сосиски, сладкие соки, шоколад, чипсы. Родители были ознакомлены с результатами опроса, и согласились, что необходимо обратить внимание на качество питания детей.

Работа по программе позволила достичь следующих результатов:

- дети могут ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные;

- дети могут оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;

- дети ознакомились с этикетом питания, освоили культуру питания, неотъемлемую часть успешной социальной адаптации.

В ходе освоения программы проводился промежуточный контроль результатов следующими методами:

- тестирование;

- разбор ситуаций («Как вести себя за столом», « Правила гигиены»);

- анкетирование («Что я знаю о молоке»)

В целях обобщения и систематизации знаний дети выполняли творческие задания: выпускали стенгазеты, альбомы, участвовали в творческих конкурсах «Лучшая салфеточка», «Подводный мир» (конкурс рисунков), фотоконкурсе «Здоровая пища – красивая пища».

Опыт реализации программы «Две недели в лагере здоровья» убедительно демонстрирует её эффективность. По отзывам родителей, дети стали больше интересоваться семейным меню, стали демонстрировать полезные навыки и привычки в области рационального питания, они готовы выполнять правила здорового питания. Дети стараются самостоятельно выбирать наиболее полезные продукты и блюда для своего рациона.

Благодаря авторской программе, которая предполагает «свободный выбор сроков реализации как каждой темы, так и программы целиком» [1], нам удалось реализовать программу самым органичным способом, когда дети применяют полученные знания в жизненной ситуации.

1. ***Методическое описание занятия***

**Тема: «Как правильно накрыть стол»**

***Цель:*** расширить представление детей о предметах сервировки стола и способах украшения блюд, правилах сервировки стола для ежедневного приема пищи.

***Задачи:***

- *помочь* осознать важность знаний правил сервировки стола, соблюдения этих правил как проявления уровня культуры человека;

- *дать понятие* о том, что правильная сервировка стола и красивое оформление блюд имеет большое значение для правильного питания людей;

- *учить* детей простейшим способам украшения блюд;

- *развивать* внимание, память, творческое мышление;

- *воспитывать* культуру питания.

***Формирование УУД:***

**Познавательные**

1Расширяют представления о предметах сервировки стола, узнают правила сервировки для ежедневного приёма пищи, осознают важность знаний правил сервировки стола, соблюдения этих правил как проявления уровня общей культуры человека.

**Регулятивные**

Учатся составлять план и последовательность действий; называть и определять объекты окружающей действительности в соответствии с содержанием.

**Коммуникативные**

Проявляют активность во взаимодействии коммуникативных и познавательных задач.

**Личностные**

 Оценивают результаты своей деятельности

***Оборудование:*** набор посуды и приборов для практической работы: тарелки для салата, для первого и второго блюда, суповая ложка, нож, вилка, стакан с компотом, маленькая ложка, хлеб, салфетница; изображения посуды, салфетки.

**Ход занятия**

**1. Актуализация**

- Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами будем учиться накрывать столы к обеду и украшать блюда. Вы вымыли руки? Хорошо, тогда за работу, можно приступить к сервировке стола. Что же такое сервировка стола?

- Сервировать стол значит - подготовить его для приема пищи. Основная цель сервировки стола - создать определенный порядок на столе, обеспечить всех необходимыми предметами. Правила сервировки продиктованы соображениями удобства, - поскольку позволяют рационально разместить на столе все приборы и посуду.

**2. Открытие новых знаний**

- Что же необходимо для того, чтобы накрыть стол?

Чтобы узнать ответ на вопрос, нужно разгадать кроссворд.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   | 4 |
|   |   |   |   |   |   | 2 |   |   | с |
|   |   |   | 3 | п | о | с | у | д | а |
|   |   |   |   |   |   | к |   |   | л |
|   |   |   |   |   |   | а |   |   | ф |
|   |   | 1 | ц | в | е | т | ы |   | е |
|   |   |   |   |   |   | е |   |   | т |
| 5 | п | р | и | б | о | р |   |   | к |
|   |   |   |   |   |   | т |   |   | а |
|   |   |   |   |   |   | ь |   |   |   |

1. Они, несомненно, украсят любой стол, но принципиально важно, чтобы они не мешали общаться гостям. *(Цветы.)*

2. Она — основа всей композиции стола. Ложки, салфетки, цветы должны с ней гармонировать. Классический материал для неё - лен, хлопчатобумажные ткани. *(Скатерть.)*

3. В настоящее время еда бывает различной формы и расцветки. Для того чтобы подавать ее на стол, есть ряд вещей, которыми обычно пользуются. Все они выполняют из фарфора, стекла, металла и других материалов. *(Посуда.)*

*Историческая справка.*

*Первая в России фабрика по производству посуды была построена купцом А. Гребенщиковым в 1724 г. в Москве в Алексеевской слободе. Там производили фаянсовую посуду белого цвета, покрытую эмалью.*

4. Накрывая на стол, ее кладут на закусочную тарелку или справа от нее. Бумажные ставят в специальный стакан. *(Салфетка.)*

*Историческая справка .*

*Салфетка — обязательный элемент сервировки стола. Надо сказать, что в Древней Греции около 3500 лет тому назад было принято, что во время еды раб или слуга утирал своему хозяину губы листком фигового дерева. Можно считать, что впервые стали употреблять в Древнем Риме около 2000 лет тому назад. В знаменитых домах ее шили из полотна и украшали вышивкой в виде вензелей из инициалов хозяина дома. Гости нередко уносили с собой эти красивые салфетки. В богатых семьях салфетки гостям меняли после каждого блюда. Их украшали художественной вышивкой из серебряных и золотых нитей.*

5. Как одним словом можно назвать нож, вилку и ложку? *(Прибор.)*

*Историческая справка.*

*В XVII в. начал формироваться современный вид столовых приборов (ножей, вилок, ложек). Вилка получила всеобщее распространение и приобрела ту форму, которую она имеет и по сей день — с тремя или четырьмя чуть согнутыми зубцами. Ложку стали делать плоской, а нож получил закругленный конец.*

**3. Первичное закрепление**

- А сейчас мы узнаем, какую посуду и приборы можно ставить на обеденный стол. Для этого найдите в каждой строчке лишнее слово.

1. Салатник, **кастрюля**, соусник, кофейник.

2. Ложка, вилка, **половник**, нож.

3. Салатник, суповая тарелка, кофейник, **бидон.**

4. Чашка, кружка, **сковорода,** блюдце.

5. **Форма для выпечки,** стакан, селёдочница, молочник, сливочник.

 - Какие слова лишние? Почему? *(Это посуда для приготовления и хранения пищи)*

 - Какие слова остались? Значение каких предметов посуды вам непонятно? (объяснение значений неизвестных слов, показ иллюстраций) *(Приложение 1)*

  **Работа с раздаточным материалом.** Перед вами изображения посуды. Распределите посуду на 2 группы, какую посуду мы используем ежедневно, а какая посуда – праздничная.

**4. Практическая работа в группах «Сервировка стола»**

- А теперь я вам предлагаю сервировать стол и запомнить порядок и правила сервировки стола. *(Приложение 2)*

1. Стол покрывают чистой скатертью.
2. В центре стола ставят салфетницу с бумажными салфетками, чтобы вытирать руки и губы
3. Рядом с салфетницей ставят хлебницу с хлебом, ведь хлеб – всему голова!!
4. Расставляем тарелки по количеству обедающих. У нас будет 1 мелкая тарелка для второго блюда;
5. Глубокая тарелка для первого блюда;
6. Справа от тарелок раскладываем столовый нож режущей стороной лезвия к тарелке;
7. Столовую ложку кладем выпуклой стороной вниз;
8. Слева от тарелки раскладываем вилку для второго блюда спинкой вниз.
9. Перед тарелкой, чуть справа от них ставим стакан (кружку) для напитков.
10. Слева от тарелки перед вилками ставим мелкую тарелку для салата.

**5. Конкурс «Лучшая салфеточка»**

- В сервировке стола главное – это чистая посуда, чистая, выглаженная скатерть. А вот украсить стол, сделать его более праздничным, поможет красивая салфетка. Объявляется конкурс на лучшее складывание салфеток.

Детям предлагается сложить салфетку, используя одну из схем.*(Приложение 1)* После изготовления салфеток определяется победитель путём голосования.

**6. Подведение итогов. Рефлексия**

- Посмотрите, наши столы сервированы, украшены салфетками. Скажите, какие правила сервировки вы запомнили? Что понравилось на занятии? Оцените свою работу.

**Информационные источники**

1. Безруких М. М., Филиппова Т. А., Макеева А. Г. Две недели в лагере здоровья / Методическое пособие. — М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013. — 80 с.
2. Безруких М. М. и др. Две недели в Лагере здоровья: Рабочая тетрадь/ М. М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А. Филиппова. — М.:ОЛМА Медиа Групп, 2014. — 71с.
3. Киселёва Г.Г., Ковалёв В.А. Как изучить состояние здоровья школьника?/ Начальная школа, 2007. - № 2
4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. М.: «ВАКО», 2006.
5. Огуреева Г. Н. Краткий атлас-справочник грибника и ягодника. М., Издательство АСТ, 2001 - 220 с.
6. Похлебкин В. В. История важнейших пищевых продуктов. М., 2000 - 350 с.
7. Этикет и сервировка праздничного стола. М., 2002.-400с.
8. Яндекс Картинки. Изображения. <https://yandex.ru/images/>