



Nestlé  
**Правильное питание**  
Образовательная программа



ИНСТИТУТ ВОЗРАСТНОЙ  
ФИЗИОЛОГИИ РАО

# Плюснина Валентина Федоровна

МОУ «Добрянская средняя  
общеобразовательная школа № 5»



г. Пермь





# Плюснина Валентина Федоровна

учитель начальных классов  
МОУ «Добрянская школа № 5»



Добрянка –  
родина моя



Здесь я живу,  
моя семья,  
мои друзья





**Здесь школа, класс – такие мы!  
С программой очень мы дружны!**

# В нашем классе

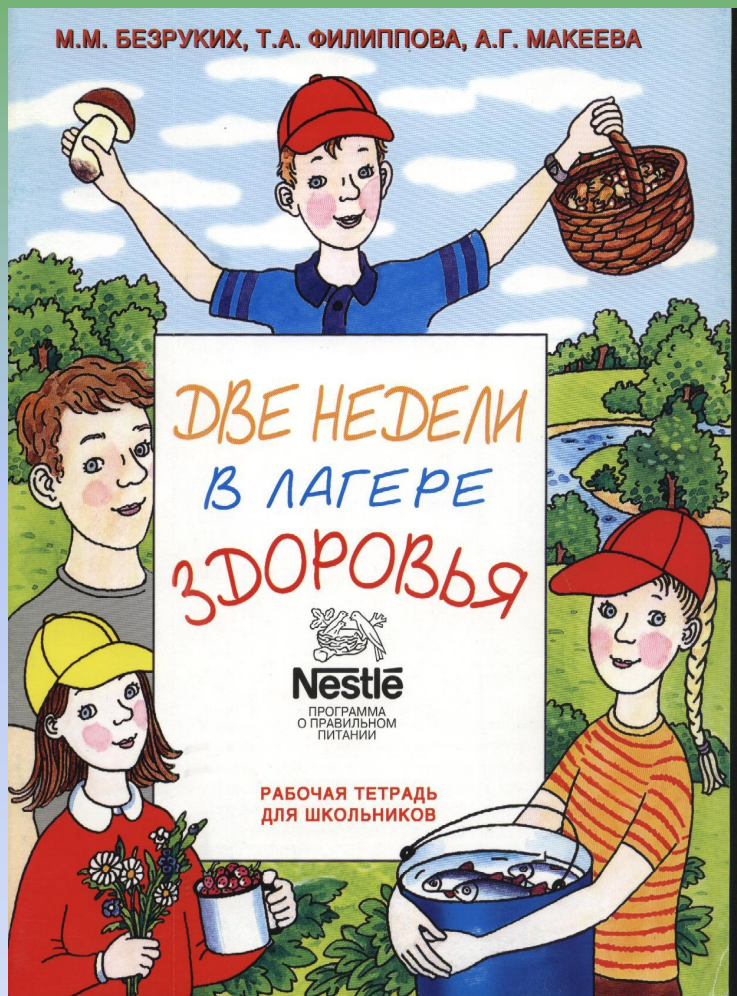
- Знать и стремиться к знаниям – престижно
- Помогать товарищу – нормально
- Готовить дело по разработанному самостоятельно сценарию – традиция
- Жить без творчества и активности – скучно!

# Три части – они нам знакомы



Разговор о  
правильном  
питании –

все советы  
берем во  
внимание!



Две недели  
в лагере  
здоровья

укрепляли мы  
свое здоровье



Подросли,  
умнее стали –  
секреты Формулы  
правильного питания  
открывали!



# Изучаем программу вместе



Шаг за шагом  
все дружно шагали –  
факультативный курс  
изучали!

Родители нам помогали!  
Все вместе -  
мы много узнали!

# Формы работы очень нужны, с ними в пути познакомились мы:



- Проектная деятельность
- Исследовательская деятельность
- Творческая мастерская
- Путешествия
- Интегрированные уроки
- Праздники
- Экскурсии



Чтобы формулу правильного питания узнать,  
мы в гости ходили, чтоб что – то познать

- **Социум**

- **Детское кафе**

- Экскурсия на пищеблок санатория «Уральская Венеция» по теме «Правильное питание».
- Творческий мини – проект «Кулинарные праздники» на базе блинной «У Матвея»
- Выставка салатов из овощей и фруктов в кафе «Престиж».

Чтобы формулу правильного питания узнать,  
мы в гости ходили, чтоб что – то познать

- **Социум**

- **Пермская ГРЭС**

- Экскурсия Тепличное хозяйство

- Экскурсия

- Рыбное хозяйство

- Экскурсия

- Электричество в мире добрых помощников (кухонное оборудование)

Чтобы формулу правильного питания узнать,  
мы в гости ходили, чтоб что – то познать

- **Социум**

- **Музей**

- Экскурсия «Русская кухня во времена Строгановых»
- Натюрморт в картинах добрянских художников
- «История русского самовара. Чаепитие у самовара»

Работа по программе  
шла на результат и каждый из нас  
результату был рад!

Результатом стала  
формула правильного питания

# Правильное питание



- Режим питания
- Рацион питания
- Культура питания
- Гигиена питания

# Активный образ жизни





# Полезные привычки



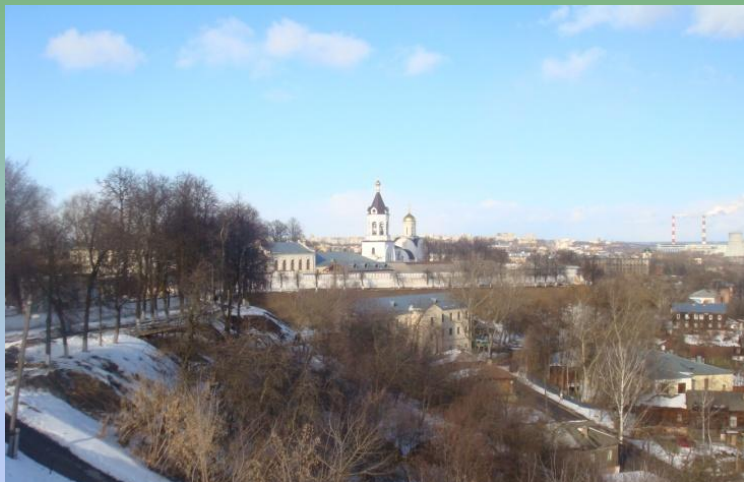
# Хорошее настроение



# Приглашаю в кулинарное путешествие!



# Приглашаю в кулинарное путешествие!



# Приглашаю в кулинарное путешествие!



# Проектная деятельность

- **Поисковая** (поиск интересной информации в библиотеке, интернете об огурце)
- **Здоровячок** (о пользе огурцов из энциклопедии, беседы с врачом)
- **Путешественники** (экскурсия на тепличное хозяйство Пермской ГРЭС)
- **Творческо – оформительская** (подготовка выставки «Огуречная фантазия»)
- **Кулинарная** (рецепты блюда из огурцов)



# Шумел праздник, хрустел огурцом – веселый, красивый, вкусный

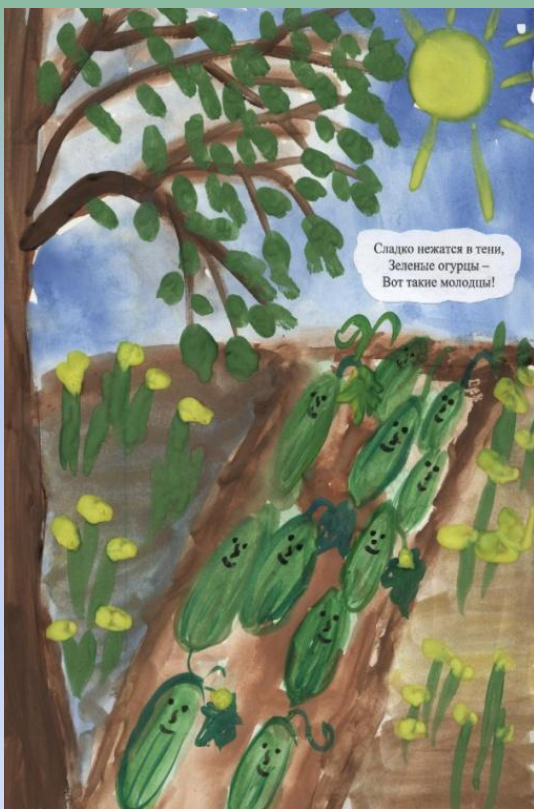


# Зеленый именинник – Огурец и его огуречная семья





# Творческая мастерская



# Желаю Вам...

С программой  
по жизни шагайте,  
формулу  
правильного питания  
в жизнь претворяйте!

Мы многое сможем  
все вместе  
для нас станет  
жизнь интересней!

