**Тема 3 «Режим питания».**

**Занятие. «Кто есть умеет по часам»**

**Основные задачи:**

* Развитие представления о здоровье как одной из важнейших жизненных ценностей.
* Формирование представления о роли режима дня в сохранении и укреплении собственного здоровья.
* Развитие умения оценивать характер своего питания, его соответствие понятию «рациональное», «здоровое»

**Основные понятия**: здоровье, здоровый образ жизни, привычки, характер, поведение, правильное питание, режим питания

|  |
| --- |
| **Занятие «Кто жить умеет по часам»** |
| * Выставка «Самая ценная капля» * Актуализация знаний * Обсуждение «Самый правильный режим» * Работа в группах «Каждому блюду свое место» * Исследование * Викторина «Режим питания» * Домашнее задание     **Презентация занятия Сценарий занятия** |  |