

**Тематика классных часов для 1-4 классов по пропаганде здорового питания
на 2024-2025 учебный год**

Примерные сроки	1 классы	2 классы	3 классы	4 классы
сентябрь	Для чего нужно питаться правильно	Как питались наши предки	Наука о питании – древняя и современная	Из чего состоит наша пища
октябрь	Продукты полезные и вредные	Кто чем питается?!	Вкусная азбука	Быстрое питание - скорое заболевание
ноябрь	Быстрое питание - скорое заболевание	Культура питания	Овощи и фрукты – музыка питания	Самые полезные продукты
декабрь	Витамины и их польза для нашего организма	Полезные продукты	Культура питания	Как правильно питаться, если занимаешься спортом
январь	Лакомств тысяча, а здоровье одно	Поговорим о питании	Витамины и их польза	Основы рационального питания
февраль	Эти загадочные буквы (витамины)	Обед без овощей – праздник без музыки	Вкусная азбука	Наука о питании – древняя и современная
март	Обед без овощей – праздник без музыки	Полезные продукты	Культура питания	Полезно ли голодание
апрель	Приготовим вместе с мамой	Режим питания	Приготовим вместе с мамой	Пищевая ценность продуктов питания
май	игра по станциям Витаминка	игра по станциям Витаминка	Вечер отдыха с использованием приготовления вкусного и полезного блюда «Праздник хорошего настроения»	Вечер отдыха с использованием приготовления вкусного и полезного блюда «Праздник хорошего настроения»

**Тематика классных часов для 5-11 классов по пропаганде здорового питания
на 2024-2025 учебный год**

Сроки	5 классы	6 классы	7 классы	8 классы	9-11 классы
сентябрь	Здорового аппетита!	Еда – источник витаминов	«Сухарики и газировка: полезны или нет»	Чипсы: хрустеть или не хрустеть?	Правильное питание - залог здоровья и красоты
октябрь	Основы рационального питания	Правильное питание - залог здоровья и красоты	Продукты на столе. Пищевые риски.	Продукты на столе. Пищевые риски.	Продукты на столе. Пищевые риски
ноябрь	Чипсы: хрустеть или не хрустеть?	Питание литературных героев	Домашние рецепты	Традиции русской трапезы	Уроки этикета за столом
декабрь	«Химия на десерт» о вредных пищевых добавках	Продукты на столе. Пищевые риски.	Правильное питание - залог здоровья и красоты	Правильное питание - залог здоровья и красоты	Строим дом своего здоровья
январь	Здоровое питание, что это?	Питание литературных героев	Уроки этикета за столом	Как питались наши любимые литературные герои	Сегодня полезное питание – завтра здоровая нация
февраль	Практикум «Культура поведения за столом»	Еда – источник витаминов	Сколько мы должны весить?	Модные диеты: за и против	Я сижу на диете. Диета и правильное питание: сходства и различия
март	Витамины и их польза для нашего организма	Сколько мы должны весить?	Практикум «С вилкой и ложкой»	Я сижу на диете. Диета и правильное питание: сходства и различия	Модные диеты: за и против
апрель	Основы рационального питания	Домашние рецепты	Строим дом своего здоровья	Домашние рецепты	Строим дом своего здоровья
май	«Сухарики и газировка: полезны или нет»	«Сухарики и газировка: полезны или нет»	Беседа – дискуссия «Мак Доналдс: за и против»	Беседа – дискуссия «Мак Доналдс: за и против»	Беседа – дискуссия «Мак Доналдс: за и против»