

**Муниципальное образовательное учреждение  
«Кыйлудская средняя общеобразовательная школа»  
Структурные подразделения  
«Вишурский детский сад», «Кыйлудский детский сад»  
«Сяртчигуртский детский сад»**

Рассмотрено на заседании  
методического объединения  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» августа 2023г.  
Руководитель  
\_\_\_\_\_ С.Н. Кирпичникова

Принято на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» августа 2023г.

Утверждаю:  
Директор МОУ  
«Кыйлудская СОШ»  
\_\_\_\_\_ В.В. Левченко  
Приказ № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» августа 2023г.

**ПРОГРАММА**

**«РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»**

с.Кыйлуд, 2023г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка .....	3
2.	Описание места программы в учебном плане .....	3
3.	Планируемые результаты освоения программы .....	6
4.	Содержание программы .....	6
5.	Материально-технические и учебно- методические условия реализации программы .....	11
6.	Литература .....	12

## 1. Пояснительная записка

**Содержание работы** с детьми опирается на учебно-методический комплекс, предложенный авторами программы: Методическое пособие для учителей «Разговор о правильном питании», М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева; Рабочая тетрадь для школьников «Разговор о правильном питании».

**Принципы**, на которых строится программа, соответствуют современным требованиям к реализации воспитательно-образовательной работы в образовательном учреждении, в том числе в дошкольных учреждениях:

- соответствие возрасту и уровню развития каждого ребенка;
- практическая целесообразность;
- доступность и достаточность информации;
- системность и последовательность содержания;
- вовлеченность семьи в воспитательно-образовательный процесс.

**Цель Программы** - формирование у воспитанников культуры питания как составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий, способствующих укреплению их здоровья.

### Задачи

- Формировать начальные представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании;
- Развивать трудовые навыки детей в процессе занятий кулинарией: уметь планировать свою трудовую деятельность; оценивать результат своей работы;
- Воспитывать ценностное отношение к собственному труду, труду других людей и его результатам; ответственно выполнять обязанности дежурного;
- Расширять первичные представления детей о профессиях взрослых, связанных с питанием человека: повара, кулинара, официанта, продавца продовольственных товаров и др.
- Развивать творческие способности детей в процессе продуктивной деятельности с использованием различных техник (традиционных и нетрадиционных), экспериментируя и варьируя при выборе средств выразительности;

## 2. Описание места программы в учебном плане

Реализация Программы, направленной на повышение уровня знаний и практических умений воспитанников предусматривает:

- организацию совместной деятельности по избранной тематике;
- проведение тематических дней здоровья, интеллектуальных соревнований, конкурсов, праздников и т.п.

Структура работы с детьми по программе «Разговор о правильном питании»:

- совместная партнерская деятельность взрослого с детьми;
- свободная самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьями воспитанников.

*В образовательной деятельности основными формами стали: игра, занятие, игра-занятие, экспериментирование, решение проблемных ситуаций, проектная деятельность:*

- на занятиях оздоровительно-валеологической и познавательной-речевой направленности воспитывается культура питания, формируется уверенная позиция детей в выборе полезных продуктов питания;
- на занятиях по формированию элементарных математических представлений у дошкольников развивается логическое мышление; малыши усваивают основные математические понятия, закрепляют навыки в счете, постигают секреты соотношения частей;
- в изобразительной деятельности, где используются как традиционные техники (рисунок, лепка), так и нетрадиционные (песочная графика, пластилинографика, ниткография) дети закрепляют название различных блюд (фруктовый салат, витаминный салат и др.), обогащают знания об их составе, учатся украшать готовое блюдо;

*В ходе режимных моментов* также предусматривается решение воспитательных и образовательных задач - это режимные моменты, связанные с подготовкой к принятию пищи: завтрак, обед, полдник, ужин. Темы: «Как правильно есть», «Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной», «Плох обед, если хлеба нет», «Полдник. Время есть булочки», «Пора ужинать», «Если хочется пить». Во время прогулки дети охотно рассуждают на тему «Если хочешь быть здоров».

*В самостоятельной деятельности* ребенок закрепляет полученные знания. Для этого в группе создается доступная, разнообразная, гибкая предметно-развивающая и игровая среда: центр здоровья и правильного питания «В гостях у Кати и Ани», познавательной-речевой центр, зона сюжетно-ролевой игры.

В группе дети самостоятельно выбирают игровые атрибуты, развивая и усложняя содержание игры, расширяя и интегрируя сюжеты, отражая в игре окружающую действительность, усваивая социальные взаимоотношения. Так, например, сюжетно-ролевая игра «Магазин» может переплетаться с играми «Кафе», «Ждем гостей», «День рождения» и другими. Работа с детьми по программе «Разговор о правильном питании» создает благоприятные условия для трудового воспитания и расширения представления старших дошкольников о труде взрослых и профессиях, связанных со спецификой питания: продавца продовольственных товаров, повара, кулинара, кондитера.

При ознакомлении детей с трудом взрослых используются иллюстрации различных профессий, орудий и продуктов труда, дидактические игры типа «Подбери пару», «Играем в профессии» и др.

*В процессе организации воспитательно-образовательного процесса по программе используются различные формы, методы и приемы:*

- *в режимные моменты:* индивидуальная работа, обучение, объяснение, напоминание, личный пример, похвала, упражнения, игры, рассматривание иллюстраций, труд, дежурство.
- *в совместной деятельности с воспитателем:* занятия, экскурсии, наблюдения, чтение художественной литературы, просмотр видеofilьмов, досуги (музыкальные, тематические), развлечения, праздники, игры (дидактические, настольно-печатные, театрализованные), беседы, проблемные ситуации, викторины.
- *в самостоятельная деятельность детей:* игры со сверстниками (сюжетно-ролевые, дидактические, театрализованные, подвижные, хороводные), самообслуживание, совместная со сверстниками продуктивная и проектная деятельность, экспериментирование.
- *в совместной деятельности в семье:* экскурсии, досуги, праздники, развлечения, викторины, конкурсы, семейные проекты, выставки.

В играх – беседах дети присваивают способы труда взрослого и переносят в свою собственную деятельность. Здесь участвуют любимые герои детей: Каркуша, Незнайка и новые друзья – Катя, Аня и их бабушка Анна Петровна. На этих занятиях решаются задачи социально-нравственного, трудового и умственного воспитания; ребенок погружается в совместную партнерскую деятельность с взрослыми, в которой дошкольники приобретают позицию созидателей – ребенок знакомится с кухонной утварью, электрическими приборами, их назначением и правилами эксплуатации; овладевает процессом приготовления несложных блюд; учится работать с технологической картой; украшать блюдо перед подачей на стол – сначала с использованием различных изобразительных техник, в компьютерных играх.

В совместной и самостоятельной деятельности ребята проводят элементарные опыты, используя технологические карты; используют различные игры (дидактические, настольно-печатные и др.); выполняют упражнения в рабочей тетради.

В старшем дошкольном возрасте внимание наших воспитанников становится более устойчивым, у них развивается наблюдательность, способность анализировать, синтезировать, давать оценку своим действиям; имеется стремление к совместной познавательной и исследовательской деятельности. Знакомство с героями Программы – Катей, Аней, их друзьями и членами семьи, ситуации, которые обсуждаются вместе с этими персонажами, позволяют ребятам узнавать новое о знакомых продуктах, о важности правильного питания, самостоятельно или с помощью взрослых разрешать какие-либо проблемы в рамках проекта или коллективной работы. Это способствует замене объяснительно-иллюстративной модели проведения занятия на проблемно-поисковую, что повышает интерес детей к различным областям знаний, развивает у них навыки проектной деятельности.

В процессе формирования у дошкольников основ проектной деятельности мы определяем две составляющие:

- *первая* - когда в ходе освоения новых знаний, проходит обучение детей работе в группах с использованием педагогических технологий: игровых, интерактивных, личностно-деятельностных и других. Дети учатся ставить цели, продумывать план решения проблемы, представлять (презентовать) совместно с родителями ими самостоятельно найденный материал по заданной теме.
- *вторая* – предполагает работу детей над проектами (индивидуальными или в составе групп), с использованием нетрадиционных изобразительных технологий (пластилинография, ниткография, песочная графика)

### **3. Планируемые результаты освоения программы**

Планируемые результаты освоения детьми программы:

- знают, какие продукты наиболее полезны и необходимы для человека;
- знают разнообразие фруктов, овощей, каш и других полезных продуктов и их полезными свойствами и значением для здоровья организма;
- узнали разнообразие витаминов, их названия и в каких продуктах они содержатся;
- умеют выбирать самые полезные продукты;
- умеют воплощать свои знания во время сюжетно-ролевой игры, в проектной деятельности;
- формируются основные принципы гигиены питания и режима питания;
- становятся более активными в самостоятельном выборе продуктов питания дома, относятся к выбору более грамотно (по мнению родителей);
- появились представление о меню и его компонентах;
- изменилось отношение в поведении детей собственного питания, стали лучше кушать в детском саду и дома.

## 4. Содержание программы

Содержание работы с детьми осуществляется по календарно-тематическому планированию и включает все темы, предложенные программой «Разговор о правильном питании». В целях сохранения единого тематического пространства и интеграции с базовой программой «От рождения до школы» Н.Е. Вераксы, мы сочли уместным изменить последовательность тематического изложения, что авторами программы «Разговор о правильном питании» допускается.

Название темы	Задачи	Основные понятия	Содержание деятельности
<b>Сентябрь</b>			
<b>Если хочешь быть здоров</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать представление о ценности здоровья, значении правильного питания</li> </ul>	Здоровье, питание, правила питания	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Беседа «Уши, носик и глаза помогают нам всегда».</li> <li>2.Д\У «Полезно, не полезно».</li> <li>3.Совместное составление мнемотаблицы «Продукты».</li> <li>4. Тест «Самые полезные продукты»</li> </ol>
<b>Октябрь</b>			
<b>Как правильно есть</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать представление об основных правилах гигиены питания, важности их соблюдения;</li> <li>• развивать основные гигиенические навыки, связанные с питанием.</li> </ul>	Питание, здоровье, правила гигиены	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Рассказ воспитателя «Как нужно вести себя за столом».</li> <li>2.Д/И «Выбери правильно», «Что любит микроб», «Чем не стоит делиться».</li> <li>3.Аппликация «Микроб», обкалывание по контуру, обрывание, создание коллективной работы.</li> <li>4. Игра-обсуждение «Законы питания»</li> <li>5. Игра-инсценировка «Шел по городу волшебник»</li> </ol>
<b>Овощи, ягоды и фрукты — витаминные продукты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• расширить представление о пользе фруктов и овощей как об источниках витаминов;</li> <li>• расширить представление об ассортименте блюд, которые могут быть приготовлены из растительной пищи</li> </ul>	Овощи, фрукты, витамины, здоровье	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Беседа «В стране витаминов».</li> <li>2.Упражнение для моторики «Купите лук».</li> <li>3.Упражнение для мимических мышц «Помидору подражаю».</li> <li>4.Физ. мин. «Стояла корзина»</li> </ol>
<b>Ноябрь</b>			

<b>Каждому овощу — свое время</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать представление о пользе фруктов и овощей</li> <li>• формировать представление о сезонных фруктах и овощах</li> </ul>	Овощи, фрукты, витамины, здоровье	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Стихотворно-игровая гимнастика «Наш огород».</li> <li>2. Игра на развитие тактильных ощущений «Фрукты на верёвочке».</li> <li>3. Игра на развитие вкусовых ощущений «Что за овощ».</li> </ol>
<b>Праздник урожая</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• обобщить знания о правильном питании</li> <li>• расширить представление о наиболее полезных продуктах и блюдах</li> </ul>	Питание, здоровье, блюда	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Слайд шоу «Что пекут из муки».</li> <li>2. Игра «Овощи».</li> <li>3. Физ. мин. «Покупаем продукты».</li> <li>4. Д\И «Какие могут быть котлетки».</li> <li>5. Д\У «Назови кисель».</li> <li>6. Пластилинография «Заготовки на зиму».</li> </ol>
<b>Декабрь</b>			
<b>Удивительные превращения пирожка</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать представление о роли регулярного питания для здоровья</li> <li>• формировать представление об основных требованиях к режиму питания</li> </ul>	Здоровье, питание, режим	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игра «Каждому продукту своё время».</li> <li>2. Составление мнемотаблицы «Часы моего здоровья».</li> <li>3. Рассказ воспитателя «Полезно ли соблюдать правила питания».</li> <li>4. Д\И «Помоги Кате», «Доскажи пословицу»</li> </ol>
<b>Что надо есть, если хочешь стать сильнее</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• расширить представление о роли спорта для сохранения и укрепления здоровья</li> <li>• формировать представление о продуктах и блюдах, которые нужно включать в рацион питания человека, занимающегося спортом</li> </ul>	Здоровье, спорт, питание	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беседа «Где прячется здоровье».</li> <li>2. Дыхательная гимнастика «Любимый носик».</li> <li>3. Стихотворно-игровая гимнастика «Разминка».</li> <li>4. Презентация «Что едят спортсмены».</li> </ol>
<b>Январь</b>			
<b>На вкус и цвет товарищей нет</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• познакомить детей с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов и блюд</li> <li>• формировать представление о том, как происходит распознавание вкуса</li> <li>• формировать умение описывать вкусовые</li> </ul>	Вкус, блюда, продукты	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Д\У «Определи на вкус».</li> <li>2. Упражнение на развитие обоняния «Узнай по запаху».</li> <li>3. Игра «Узнай по описанию».</li> <li>4. Упражнение «Покупаем продукты».</li> </ol>

	свойства продуктов и блюд		
<b>Из чего варят каши, и как сделать кашу вкусной</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать представление о завтраке как обязательной части ежедневного меню</li> <li>• расширить представление о блюдах, которые могут входить в меню завтрака</li> <li>• формировать представление о каше как полезном и вкусном блюде</li> </ul>	Завтрак, режим, меню, каша, крупы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Беседа «Вот каша- пища наша».</li> <li>2.Стихотворно-игровое упражнение «Машина каша».</li> <li>3.Физ. мин. «Каша».</li> <li>4.Игра –эстафета «Кто быстрее перенесёт крупу?».</li> <li>5. Аппликация с использованием круп «Готовим кашу».</li> <li>6. Игры: «Пословицы запутались», «Отгадай-ка», «Угадай сказку», «Назови кашу»</li> </ol>
<b>Февраль</b>			
<b>Плох обед, если хлеба нет</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать представление об обеде как обязательной части ежедневного меню</li> <li>• формировать представление об основных блюдах, входящих в состав обеда, об опасности питания «всухомятку»</li> </ul>	Обед, блюдо, первое блюдо, второе блюдо, десерт, закуска, меню	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Чтение стихотворения «Вкусный суп».</li> <li>2.Д/У «Сварим суп».</li> <li>3.Пальчиковая гимнастика «Салат».</li> <li>4.Д/И «Выбери меню».</li> <li>5. «Угадайка» (загадки о хлебе, блюдах входящих в состав обеда).</li> <li>6.Ниткография «Котлета и спагетти».</li> </ol>
<b>Полдник. Время есть булочки</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать представление о полднике как обязательной части ежедневного меню</li> <li>• формировать представление о продуктах и блюдах, которые могут быть включены в меню полдника</li> </ul>	Полдник, меню, хлебобулочные изделия,  молоко, молочные продукты	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Р.н.сказка «Колобок».</li> <li>2.Упражнение имитация «Печём пироги».</li> <li>3.Презентация «Молочные продукты».</li> <li>4.Д/У « Помоги молочнику сделать творожок».</li> <li>5. Совместное составление мнемотаблицы «Молочные продукты».</li> </ol>
<b>Март</b>			
<b>Пора ужинать</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать представление об ужине как обязательной части ежедневного меню</li> <li>• расширить представление о блюдах, которые могут быть включены в меню ужина</li> </ul>	Ужин,  меню	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Д/У «Превращение яичка».</li> <li>2.Игры: «Угадай напиток», «Помоги Маше выбрать ужин».</li> <li>3.Д/И «Разные каши».</li> <li>4. Упражнения с зашумлёнными картинками «Продукты для ужина» (обвести по контуру , затем</li> </ol>



			обколоть).
<b>Где найти витамины весной</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать представление о роли витаминов для здоровья человека, основных продуктах — источниках витаминов</li> <li>• формировать представление о важности и необходимости включения в рацион питания растительной пищи</li> </ul>	Витамины, фрукты, овощи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Беседа «Проделки Королевы Простуды».</li> <li>2.Д/У «Чудесный мешочек».</li> <li>3.Д/И «Где живут витамины».</li> <li>4.Игра «Четвёртый лишний».</li> <li>5.Игра-лабиринт «Найди домик, в котором живёт продукт».</li> </ol>
<b>Апрель</b>			
<b>Самые полезные продукты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать представление о продуктах ежедневного рациона; продуктах, которые нужно есть часто; продуктах, которые нужно есть иногда</li> <li>• формировать представление о том, какие продукты наиболее полезны для человека</li> <li>• формировать представление о необходимости ответственно относиться к своему здоровью и питанию</li> </ul>	Продукты, блюда, здоровье	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Беседа «Наша пища».</li> <li>2.Упражнение «Соедини по точкам и узнай из чего варим уху».</li> <li>3.Рассказ воспитателя «О пользе рыбы»</li> <li>4.Игра «Рыбаки и рыбки».</li> <li>5.Д/У «Полезные и вкусные продукты».</li> <li>6. С/р игра «Мы идем в магазин»</li> <li>7. Игра-соревнование «Разложи продукты на разноцветные столы»</li> <li>8.Динамическая игра «Поезд»</li> <li>9. Тест «Самые полезные продукты»</li> </ol>
<b>Как утолить жажду</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать представление о роли воды для организма человека</li> <li>• расширить представление о разнообразии напитков, пользе различных видов напитков</li> </ul>	Жажда, здоровье, напитки	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Беседа «Волшебница вода».</li> <li>2.Стих «Варим компот».</li> <li>3.Д/И «Фрукты для компота».</li> <li>4.Д/У «Готовим сок».</li> <li>5.Рассказ воспитателя «Для чего человеку нужно пить».</li> </ol>

## Интеграция образовательных областей в процессе реализации программы

<p>Физическое развитие</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа о витаминах, содержащихся в полезных продуктах и их пользе для здоровья.</li> <li>• Подвижные игры, способствующие закреплению названий полезных продуктов в двигательной деятельности.</li> </ul>	<p>Речевое развитие</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Составление загадок.</li> <li>• Беседы по картинам.</li> <li>• Рассказы детей из личного опыта. Чтение литературных произведений</li> <li>• Отгадывание загадок</li> <li>• Разучивание пальчиковых игр</li> </ul> <p>Организация мини-библиотеки «Полезные советы для здоровья».</p>
<p>Социально-коммуникативное развитие</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседы о том, как правильно надо пользоваться столовыми и бытовыми приборами, чтобы не навредить здоровью.</li> <li>• Помощь взрослым в сборе урожая на огороде детского сада и домашнем приусадебном участке.</li> <li>• Участие в домашних заготовках на зиму</li> <li>• Знакомство с профессиями работников сферы питания.</li> <li>• Сюжетно-ролевые игры «Магазин», «Кафе», «В гостях», «День рождения».</li> <li>• Совместные семейные проекты.</li> <li>• Семейные конкурсы.</li> </ul>	<p>Познавательное развитие</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Использование различных игр (развивающих, дидактических, компьютерных).</li> <li>• Организация поисково-исследовательской и проектной деятельности детей</li> </ul> <p>Художественно-эстетическое развитие</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Изготовление атрибутов для праздников.</li> <li>• Изготовление полезных продуктов с использованием различных техник (аппликация, тестопластика, пластилинографика, песочная графика, ниткографика).</li> <li>• Выставки детского творчества.</li> <li>• Совместные семейные выставки.</li> </ul> <p>Подготовка к праздникам, досугам.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучивание стихов, песен, танцев.</li> </ul>

Особое внимание в процессе формирования у детей навыков здорового образа жизни и правильного питания уделяется **взаимодействию с семьей**.

Очень важно, чтобы позиция воспитателя в совместной работе с детьми и их родителями была ненавязчивой, деятельность – активной, предлагаемый материал – интересен по содержанию и форме изложения. Этому способствует информационно-методический стенд «Разговор о правильном питании», на котором размещается информационный материал из методического пособия программы. Родители заранее узнают, с какой темой будут знакомиться дети, о чем надо с ними поговорить дома, на что обратить внимание при выборе продуктов.

## **5. Материально-технические и учебно-методические условия реализации программы**

Реализация программы «Разговор о правильном питании» потребовала создание в группе определенных материально-технических и учебно-методических условий:

- вместе с детьми и их родителями обогащается предметно-развивающая среда в соответствии с содержанием программы: игровая познавательно-развивающая зона «В гостях у Кати и Ани», где размещается наглядно- дидактический материал по программе, оформляются тематические выставки в соответствии с календарно-тематическим планом, хранятся рабочие тетради;
- дополнен и обогащен учебно-методический комплекс программы;
- разработаны познавательно-творческие проекты в соответствии с тематикой программы;
- разработаны конспекты тематических занятий и сценарии познавательно-игровых мероприятий (досуги, развлечения, викторины и другие) с учетом возможностей детей;
- содержание совместной и самостоятельной деятельности детей обогащено различными играми (дидактическими, сюжетно-ролевыми, развивающими, компьютерными), презентациями, тестами;
- для родителей функционируют информационно-методический стенд «Разговор о правильном питании» и папки-передвижки, что способствует погружению их в содержание воспитательно-образовательного процесса, повышения компетентности в вопросах культуры питания;
- на сайт детского сада регулярно выкладывается информационно-методический материал, позволяющий ввести взрослых в проблемы питания детей-дошкольников.

## **6. Литература**

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании / Методическое пособие. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2010. – 80 с.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании / Рабочая тетрадь для школьников. – 73 с.
3. Зубкова Н.М.. Научные ответы на детские «почему». Опыты и эксперименты для детей от 5 до 9 лет. – СПб.: Речь, М.: Сфера, 2011. – 64 с.
4. Зубкова Н.М.. Тайна кипящей кастрюли. Опыты и эксперименты для детей от 5 до 9 лет. – СПб.: Речь, М.: Сфера, 2010. – 59 с.
5. Приобщение к миру взрослых: Игры-занятия по кулинарии для детей/ Под ред. О.В.Дыбиной. – М.: ТЦ Сфера, 2010. – 128 с.
6. Шорыгина Т.А. Профессии. Какие они? Книга для воспитателей, гувернеров и родителей / Т.А.Шорыгина – М. : Издательство ГНОМ, 2011. – 96 с.