

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Кутейниковская казачья средняя общеобразовательная школа №3

РАССМОТРЕНА

МО учителей начальных классов

Руководитель МО \_\_\_\_\_

Сидоренко Е.В.

Протокол

от 31.08.2023г №1

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора

\_\_\_\_\_ Г.М.Ерина

Протокол

от 31.08.2023г №1

УТВЕРЖДЕНА

Директор школы \_\_\_\_\_ Ерин А.В.

Приказ

от 31.08.2023г №160

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности

"Разговор о правильном питании"

Уровень общего образования (класс): начальное общее образование, 1-4 классы

Количество часов: 135

Учитель: Кругленко Ольга Владимировна

Программа разработана на основе авторской программы Безруких М.М.,  
Филипповой Т.А., Макеевой А.Г. «Разговор о правильном питании». – М.:  
ОЛМА-ПРЕСС, 2022г.

## Пояснительная записка

Нормативно-правовые документы, сопровождающие внеурочную деятельность

- Рабочая программа по внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» в 1-4 классах разработана на основе нормативно-правовых документов:
1. Федерального Закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.09.2023г.);
  2. Областного закона от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области» (в ред. от 20.06.2023г. №882-ЗС);
  3. Федеральная образовательная программа начального общего образования, утвержденная приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 372.
  4. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утверждён приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 №286, с изменениями от 18.07.2022 №569);
  5. Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (Приказ Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 №115, с изменениями от 05.12.2022);
  6. Письмо Министерства просвещения РФ от 05.07.2022 №ТВ-1290/03 «Об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования»;
  7. Письма Минобрнауки России от 14.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
  8. Письма Министерства образования и науки РФ от 18.08.2017г. № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
  9. СП2.4.3648-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 №28.

10. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача от 28.01.2021 №2.

11. Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Кутейниковской казачьей СОШ №3 на 2023-2024 учебный год (утверждена приказом от 31.08.2023г. №160);

12. Плана внеурочной деятельности МБОУ Кутейниковской казачьей СОШ №3 на 2023-2024 учебный год (приказ от 21.08.2023г. №149);

13. Авторской программы Безруких М.М., Филипповой Т.А., Макеевой А.Г. «Разговор о правильном питании». – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2022г.

**Цель программы:** воспитание у обучающихся культуры питания, осознания ими здоровья как главной человеческой ценности.

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных **задач:**

- формирование и развитие представления школьников о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми практических навыков рационального питания;
- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- информирование школьников о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора детей, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков, умения эффективно

взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы.

### **Место учебного курса в учебном плане**

Программа «Разговор о правильном питании» изучается с 1 по 4 класс (один час в неделю), в 1 классе -33часа, во 2-4классах-34часа.

### **Содержание**

#### ***Разнообразие питания (20 ч)***

Из чего состоит наша пища. Что нужно есть в разное время года. Как правильно питаться, если занимаешься спортом. Что надо есть, если хочешь стать сильнее. Самые полезные продукты. Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты. Где найти витамины весной? Каждому овощу своё время. Особенности национальной кухни. Конкурс проектов «Витаминная семейка». Малоизвестные и редко используемые овощи и овощная зелень. Витамины. Сезонные гиповитаминозы и их профилактика. Викторина «Чипполино и его друзья».

#### ***Гигиена питания и приготовление пищи (48 ч)***

Гигиена школьника. Здоровье – это здорово! Где и как готовят пищу. Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен. Продукты быстрого приготовления. Всё ли полезно, что в рот полезло. Всегда ли нужно верить рекламе? Вредные и полезные привычки в питании. Неполезные продукты: сладости, чипсы, напитки, торты. Полезные напитки. Ты – покупатель.

#### ***Этикет (30 ч)***

Правила поведения в столовой. Как правильно накрыть стол. Предметы сервировки стола. Как правильно вести себя за столом. Как правильно есть. На вкус и цвет товарищей нет! Кухни разных народов. Как питались на Руси и в России? За что мы скажем поварам спасибо. Необычное кулинарное путешествие. Правила поведения в гостях. Когда человек начал пользоваться ножом и вилок. Вкусные традиции моей семьи.

#### ***Рацион питания (20 ч)***

Молоко и молочные продукты. Блюда из зерна. Какую пищу можно Блюда из зерна. Какую пищу можно найти в лесу. Что и как приготовить из рыбы. Дары моря. Плох обед, если хлеба нет. Из чего варят кашу, и как сделать кашу вкуснее. Если хочется пить. Значение жидкости для организма человека. Бабушкины рецепты. Хлеб всему голова. Мясо и мясные блюда. Вкусные и полезные угощения. Составляем меню на день.

#### ***Из истории русской кухни (17ч)***

Как питались на Руси и в России? За что мы скажем поварам спасибо. Необычное кулинарное путешествие.

**Знания, умения, навыки**, которые формирует данная программа у младших школьников:

В 1 – м классе:

знание детей о правилах и основах рационального питания, о необходимости соблюдения гигиены питания;

навыки правильного питания как составная часть здорового образа жизни;

умение определять полезные продукты питания.

Во 2 – м классе:

знание о структуре ежедневного рациона питания;

навыки по соблюдению и выполнению гигиены питания;

умение самостоятельно ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания.

В 3 – м классе:

знание детей об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в рационе питания;

навыки самостоятельной оценки своего рациона с учётом собственной физической активности;

умение самостоятельно выбирать продукты, в которых содержится наибольшее количество питательных веществ и витаминов.

В 4 м классе:

- знания детей об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме;

навыки, связанные с этикетом в области питания;

- умение самостоятельно оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личной активности, корректировать несоответствия.

Проверка усвоения программы проводится в форме тестирования, выполнения творческих заданий.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы**

**Универсальными компетенциями** обучающихся на этапе начального общего образования по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

— умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели; — умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения обучающимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения обучающимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- использовать различные способы поиска в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.

**Предметными результатами** освоения обучающимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности

корректировать несоответствия;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— применять знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;

— применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1-4 КЛАССЫ

№ п/п	Тематический блок, тема	Количество часов				Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		1 кл	2 кл	3 кл	4 кл		
1.	Разнообразие питания	5	5	5	5	Презентации, беседы, сюжетно-ролевые игры, экскурсия в магазин	<a href="https://www.prav-pit.ru/">https://www.prav-pit.ru/</a>
2.	Гигиена питания и приготовление пищи	10	12	12	14	Тесты, экскурсия в столовую, творческие домашние задания, мини-проекты	<a href="https://www.prav-pit.ru/">https://www.prav-pit.ru/</a>
3.	Этикет	8	8	8	6	Оформление плакатов, игры, ярмарки полезных продуктов	<a href="https://www.prav-pit.ru/">https://www.prav-pit.ru/</a>
4.	Рацион питания	5	5	5	5	Соревнование, конкурсы, викторины	<a href="https://www.prav-pit.ru/">https://www.prav-pit.ru/</a>
5.	Из истории русской кухни.	5	4	4	4	Работа в тетрадях. Ролевые игры, презентации, беседы	<a href="https://www.prav-pit.ru/">https://www.prav-pit.ru/</a>
	Итого	33/34					

#### Содержание программы «Разговор о правильном питании» 1 класс

Содержание	Теория	Практика
1. Разнообразии питания.	Знакомство с программой. Беседа.	Экскурсия в столовую.
2. Самые полезные продукты	Беседа «Какие продукты полезны и необходимы человеку». Учимся выбирать самые полезные продукты.	Работа в тетрадях, сюжетно-ролевые игры, экскурсии в магазин.
3. Правила питания.	Формирование у школьников основных принципов гигиены питания.	Работа в тетрадях, оформление плаката с правилами питания.
4. Режим питания.	Важность регулярного питания. Соблюдение режима питания.	Сюжетно-ролевая игра, соревнование, тест, демонстрация удивительного превращения пирожка
5. Завтрак	Беседа «Из чего варят кашу». Различные варианты завтрака.	Игры, конкурсы, викторины. Составление меню завтрака.
6. Роль хлеба в питании детей	Беседа «Плох обед, если хлеба нет». Рацион питания, обед.	Игры, викторины, конкурсы. Составление меню обеда.

7. Проектная деятельность.	Определение тем и целей проекта, формы организации, разработка плана проекта.	Выполнение проектов по теме «Плох обед, если хлеба нет».
8. Подведение итогов работы.		Творческий отчет вместе с родителями.

Календарно-тематическое планирование  
1 класс

№ урока	Дата урока		Тема занятия
	план	факт	
1	07.09		Если хочешь быть здоров.
2	14.09		Из чего состоит наша пища
3	21.09		Полезные и вредные привычки
4	28.09		Самые полезные продукты
5	05.10		Как правильно есть(гигиена питания)
6	12.10		Удивительное превращение пирожка
7	19.10		Твой режим питания
8	26.10		Из чего варят каши
9 2ч	09.11		Как сделать кашу вкусной
10	16.11		Плох обед, коли хлеба нет
11	23.11		Хлеб всему голова
12	30.11		Полдник
13	07.12		Время есть булочки
14	14.12		Пора ужинать
15	21.12		Почему полезно есть рыбу
16	28.12		Мясо и мясные блюда
17 3ч	11.01		Где найти витамины зимой и весной
18	18.01		Всякому овощу – свое время

19	25.01		Как утолить жажду
20	01.02		Составление меню для завтрака.
21	08.02		Что надо есть – если хочешь стать сильнее
22	15.02		На вкус и цвет товарищей нет
23	29.02		Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты
24	07.03		Практическая работа «Советы Хозяйшки».
25	14.03		Секреты обеда
26	21.03		Брейн-ринг
27	04.04		Изготовление поделок для выставки «Хлеб всему голова»
28	11.04		Проведение «Праздника хлеба»
29	18.04		Как правильно накрыть стол.
30	25.04		Когда человек начал пользоваться вилок и ножом
31	02.05		Что готовили наши прабабушки.
32	16.05		Народные праздники, их меню
33	23.05		Итоговое занятие «Здоровое питание – отличное настроение»

### **Предполагаемые результаты 1-го года обучения.**

Ученики должны знать:

- полезные продукты;
- правила этикета;
- роль правильного питания в здоровом образе жизни.

После первого года обучения ученики должны уметь:

- соблюдать режим дня
- выполнять правила правильного питания;
- выбирать в рацион питания полезные продукты

### **Содержание программы «Разговор о правильном питании»**

#### **2 класс**

Содержание	Теория	Практика
1. Вводное занятие	Повторение правил питания	Рольевые игры
2. Путешествие по улице «правильного питания».	Знакомство с вариантами полдника	Игра, викторины

3. Молоко и молочные продукты.	Значение молока и молочных продуктов	Работа в тетрадях, составление меню.Конкурс-викторина
4. Продукты для ужина.	Беседа «Пора ужинать» Ужин, как обязательный компонент питания	Составление меню для ужина. Оформление плаката «Пора ужинать».Ролевые игры
5. Витамины.	Беседа «Где найти витамины в разные времена года».	Составление и отгадывание кроссвордов, практическая работа ролевые игры.
6. Вкусовые качества продуктов.	Беседа «На вкус и цвет товарища нет».	Практическая работа по определению вкуса продуктов. Ролевые игры
7. Значение жидкости в организме.	Беседа «Как утолить жажду» Ценность разнообразных напитков.	Работа в тетрадях. Ролевые игры. Игра – демонстрация «Из чего готовят соки»
8. Разнообразное питание.	Беседа «Что надо есть, чтобы стать сильнее». Высококалорийные продукты.	Работа в тетрадях, составление меню второго завтрака в школе, ролевые игры.
9. Овощи, ягоды, фрукты – витаминные продукты.	Беседа «О пользе витаминных продуктов».Значение витаминов и минеральных веществ в питании человека.	КВН «Овощи, ягоды, фрукты самые витаминные продукты». Каждому овощу свое время. Ролевые игры.
10. Проведение праздника «Витаминная страна».		Конкурсы, ролевые игры.
11. Семейное творческое содружество детей и взрослых. Проект «Самый полезный продукт».		
12. Подведение итогов.		Отчет о проделанной работе.

## Календарно-тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Дата		Тема занятия
	план	факт	
1.	01.09		Вводное занятие. Повторение правил питания.
2.	08.09		Путешествие по улице правильного питания.
3.	15.09		Время есть булочки.
4.	22.09		Оформление плаката «Молоко и молочные продукты.»
5.	29.09		Викторина «Знатоки молока.»
6.	06.10		Изготовление книжки-самоделки «Кладовая народной мудрости»
7.	13.10		Пора ужинать
8.	20.10		Практическая работа как приготовить бутерброды
9.	27.10		Составление меню для ужина.
10 2ч	10.11		Значение витаминов в жизни человека.
11	17.11		Практическая работа.
12.	24.11		Морепродукты.
13.	01.12		Отгадай мелодию.
14.	08.12		«На вкус и цвет товарища нет»

15.	15.12		Практическая работа «Из чего приготовлен сок?»
16.	22.12		Как утолить жажду
17.	29.12		Игра «Посещение музея воды»
18. 3ч	12.01		Праздник чая
19.	19.01		Что надо есть, что бы стать сильнее
20.	26.01		Практическая работа « Меню спортсмена»
21.	02.02		Практическая работа «Мой день»
22.	09.02		Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты
23.	16.02		Практическая работа «Изготовление витаминного салата»
24.	01.03		КВН «Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты»
25.	15.03		Оформление плаката «Витаминная страна»
26.	22.03		Посадка лука.
27. 4ч	05.04		Каждому овощу свое время.
28.	12.04		Инсценирование сказки вершки и корешки
29.	19.04		Конкурс «Овощной ресторан»
30-31	26.04 03.05		Изготовление книжки «Витаминная азбука»
32-33	17.05 упл		Проект «Любимое блюдо моей семьи»
34	24.05		Подведение итогов. Творческий отчет «Реклама овощей».

### **Предполагаемые результаты 2-го года обучения.**

Обучающиеся должны знать:

- основные правила питания;
- важность употребления в пищу разнообразных продуктов;
- роль витаминов в питании.

После 2-года обучающиеся должны уметь:

- соблюдать гигиену питания;
- готовить простейшие витаминные салаты;
- выращивать зелень в горшочках.

### **Содержание программы «Разговор о правильном питании»**

#### **3класс**

Содержание	Теория	Практика
1. Вводное занятие.	Обобщение имеющихся знаний об основах рационального питания	Знакомство с рабочей тетрадью « Две недели в лагере здоровья»
2. Состав продуктов.	Беседа «Из чего состоит пища».Основные группы питательных веществ	Оформление дневника здоровья. Составление меню. Оформление стенгазеты «Из чего состоит наша пища».
3. Питание в разное время года	Беседа «Что нужно есть в разное время года» Блюда национальной кухни	Ролевые игры. Составление меню. Конкурс кулинаров.
4. Как правильно питаться, если занимаешься спортом.	Беседа «Что надо есть, если хочешь стать сильнее».Рацион собственного питания.	Дневник «Мой день». Конкурс «Мама папа я - спортивная семья».

5. Приготовление пищи	Беседа « Где и как готовят пищу» Устройство кухни Правила гигиены.	Экскурсия на кухню в школьной столовой . Ролевые игры. Конкурс «Сказка, сказка, сказка».
6. В ожидании гостей.	Беседа «Как правильно накрыть стол» Столовые приборы	Ролевые игры. Конкурс «Салфеточка».
7. Молоко и молочные продукты	Беседа «Роль молока в питании детей». Ассортимент молочных продуктов.	Игра -исследование «Это удивительное молоко». Игра «Молочное меню». Викторина.
8. Блюда из зерна	Полезность продуктов , получаемых из зерна. Традиционные народные блюда из продуктов, получаемых из зерна.	Ролевые игры. Конкурс «Хлебопеки». Праздник «Хлеб всему голова».
9. Проект «Хлеб всему голова»		
10. Творческий отчет.		

## Календарно-тематическое планирование

3класс

№ п/п	Дата		Тема занятия
	план	факт	
1	07.09		Введение
2	14.09		Практическая работа.
3	21.09		Из чего состоит наша пища
4	28.09		Практическая работа « сказочных героев»
5	05.10		Что нужно есть в разное время года
6	12.10		Оформление дневника здоровья
7	19.10		Выпуск стенгазеты о составе нашей пищи
8	26.10		Игра «В гостях у тетушки Припасихи»
9 2ч	09.11		Конкурс кулинаров
10	16.11		Как правильно питаться, если занимаешься спортом
11	23.11		Составление меню для спортсменов
12	30.11		Оформление дневника «Мой день»
13	07.12		Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья»
14	14.12		Где и как готовят пищу
15	21.12		Экскурсия в столовую.
16	28.12		Конкурс «Сказка, сказка, сказка».
17 3ч	11.01		Как правильно накрыть стол.
18	18.01		Игра «Накрываем стол»
19	25.01		Молоко и молочные продукты
20	01.02		Экскурсия на виртуальный молокозавод
21	08.02		Игра-исследование «Это удивительное молоко»
22	15.02		Молочное меню

23	22.02		Блюда из зерна
24	29.02		Путь от зерна к батону
25	07.03		Конкурс «Венок из пословиц»
26	14.03		Игра – конкурс «Хлебопеки»
27	21.04		Выпуск стенгазеты
28 4ч	04.04		Экскурсия на Кутейниковскую пекарню
29	11.04		Праздник «Хлеб всему голова»
30	18.04		Оформление проекта «Хлеб- всему голова»
31	25.05		Урок - ролевая игра «Идем в кафе» правила питания в общественном месте
32	02.05		Что такое фуршет и этикет?
33	16.05		Проект «Напитки»
34	23.05		Подведение итогов

### **Предполагаемые результаты 3-го года обучения должны знать:**

- при недостатке того или иного питательного вещества организм не может справиться с работой;
- основные отличия рациона питания в летний и зимний периоды;
- здоровье и внешность человека во многом зависит от него самого;
- условия хранения продуктов;
- правила сервировки стола;
- важность употребления молочных продуктов.

После третьего года обучения ученики должны уметь:

- составлять меню;
- соблюдать правила техники безопасности при использовании кухонных принадлежностей и бытовых приборов;
- различать столовые приборы и столовую посуду, которая используется к завтраку, обеду.

## **Содержание программы «Разговор о правильном питании» 4 класс**

Содержание	Теория	Практика
1 Вводное занятие	Повторение правил питания	Ролевые игры
2.Растительные продукты леса	Беседа: «Какую пищу можно найти в лесу» Правила поведения в лесу. Правила сбора грибов и ягод.	Работа в тетрадях. Отгадывание кроссворда. Игра « Походная математика» Игра – спектакль « Там на неведомых дорожках»

3.Рыбные продукты	Беседа «Что и как можно приготовить из рыбы» Важность употребления рыбных продуктов.	Работа в тетрадях Эстафета поваров « Рыбное меню» Конкурс рисунков « В подводном царстве» Конкурс пословиц и поговорок»
4.Дары моря	Беседа о морепродуктах. Блюда из морепродуктов Знакомство с обитателями моря.	Работа в тетрадях. Викторина « В гостях у Нептуна»
5.Кулинарное путешествие по России»	Знакомство с традициями питания регионов, историей быта своего народа	Работа в тетрадях Конкурс – рисунков «Вкусный маршрут» Игра – проект « кулинарный глобус»
6 Рацион питания	Рассмотреть проблему « Что можно приготовить,если выбор продуктов ограничен»	Работа в тетрадях . « Моё недельное меню» Конкурс « На необитаемом острове»
7.Правила поведения за столом	Беседа « Как правильно вести себя за столом». Знакомство со стихотворением « Назидание о застольном невежестве»	Работа в тетрадях. Сюжетно – ролевые игры.
8.Накрываем стол для родителей		
9.Проектная деятельность.	Определение тем и целей проектов, форм их организации Разработка планов работы, составление плана консультаций с педагогом	Выполнение проектов Подбор литературы. Оформление проектов.
10.Подведение итогов работы		

Календарно – тематическое планирование  
4класс

№ п/п	Дата		Содержание занятия
	план	факт	
1.	01.09		Вводное занятие
2.	08.09		Какую пищу можно найти в лесу.
3.	15.09		Правила поведения в лесу
4.	22.09		Лекарственные растения
5.	29.09		Игра – приготовить из рыбы.
6.	06.10		Конкурсов рисунков»В подводном царстве»
7.	13.10		Эстафета поваров
8.	20.10		Конкурс половиц поговорок
9.	27.10		Дары моря.
10.2ч	10.11		Экскурсия в магазин морепродуктов
11.	17.11		Оформление плаката « Обитатели моря»

12.	24.11		Викторина « В гостях у Нептуна»
13.	01.12		Меню из морепродуктов
14.	08.12		Кулинарное путешествие по России.
15.	15.12		Традиционные блюда нашего края
16.	22.12		Практическая работа по составлению меню
17.	29.12		Конкурс рисунков « Вкусный маршрут»
18.3ч	12.01		Игра – проект « Кулинарный глобус»
19.	19.01 26.01		Праздник « Мы за чаем не скучаем»
20.	02.02		Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен
21.	09.02		Составление недельного меню
22-23	16.02 01.03		Конкурс кулинарных рецептов
24.	15.03		Конкурс « На необитаемом острове»
25.	22.03		Как правильно вести себя за столом
26.	05.04		Практическая работа
27-28	12.04 19.04		Изготовление книжки « Правила поведения за столом»
29.	26.04		Накрываем праздничный стол
30-32	03.05 17.05		Проект
33-34 Упл.	24.05		Подведение итогов

### **Предполагаемые результаты четвёртого года обучения**

Ученики должны знать:

- кулинарные традиции своего края;
- растения леса, которые можно использовать в пищу;
- необходимость использования разнообразных продуктов,
- пищевую ценность различных продуктов.

должны уметь:

- приготовить блюдо, если набор продуктов ограничен,
- выбирать из набора продуктов наиболее полезные для организма;
- накрывать праздничный стол.

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Безруких М. М. и др. Разговор о здоровье и правильном питании: Рабочая тетрадь/М. М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А. Филиппова. — М.: ОЛМА Медиа Групп, 2022г

### **УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Рабочая тетрадь, методическое пособие для педагога, комплект плакатов, методическое пособие для педагога, онлайн тесты на сайте [www.prav-pit.ru](http://www.prav-pit.ru).

### **ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ,**

## **ДЕМОНСТРАЦИЙ**

Проектор, компьютер, экран, колонки





