

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Калужской области
Администрация муниципального района "Жиздринский район"
МКОУ "Коренёвская ООШ"

«Рассмотрено» на заседании педагогического совета Протокол № 1 от 30.08.2024 г.	«Утверждаю» Директор МКОУ «Коренёвская ООШ» М.С. Рябова № 50 3.2024 г.
---	---



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Разговор о правильном питании»

Направление: «Спортивно-оздоровительная деятельность»
Уровень обучения: начальное общее образование
Класс: 2, 4
Учитель: Никитина Инна Юрьевна
Учебный год: **2024 - 2025**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа разработана на основе:

1. Устава школы.
2. Образовательной программы начального общего образования.
3. Учебного плана школы
4. Положения «О рабочей программе».
5. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от « 6 » октября 2009 г. № 373 (с последующими изменениями)
6. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 г., рег. № 19993);
7. Образовательной программы, разработанной специалистами Института возрастной физиологии Российской академии образования под руководством М.М. Безруких, директора этого института, академика РАО и методического пособия для учителей/ Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011.

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время наблюдается увеличение числа больных детей по стране, по региону. Необходимо формировать ЗОЖ, начиная с раннего возраста.

Цель программы: формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

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

- формирование и развитие представления детей 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 и подростками практических навыков рационального питания;
- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;

- информирование детей и подростков 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 у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Выполнение программы рассчитано на четырёхлетний срок обучения, 1 занятие (35 мин) каждую неделю.

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)

Традиционные народные блюда.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностными результатами изучения курса является формирование умений:

- Определять и высказывать под руководством педагога самые простые этические нормы;
- В предложенной педагогом ситуации делать самостоятельный выбор.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий:

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий;
- Учиться высказывать своё предположение на основе работы с иллюстрацией;
- Учиться работать по предложенному учителем плану;
- Учиться отличать верно выполненное задание от неверного;
- Учиться совместно с учителем и одноклассниками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

Познавательные УУД:

- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебном пособии, других источниках информации;
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя;
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы, сравнивать и группировать полученную информацию;
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: на основе графических инструкций составлять словесные инструкции с последующим применением их в практической деятельности.

Коммуникативные УУД:

- Донести свою позицию до остальных участников практической деятельности: оформлять свою мысль в устной речи;
- Слушать и понимать речь других;
- Читать и пересказывать текст;
- Совместно договариваться о правилах общения и следовать им;
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Предметными результатами изучения курса являются формирование умений:

- Описывать признаки предметов и узнавать по их признакам;
- Выделять существенные признаки предметов;
- Сравнивать между собой предметы, явления;
- Обобщать, делать несложные выводы;
- Определять последовательность действий.

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

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.

Предполагаемые результаты 3-го года обучения

Должны знать:

- при недостатке того или иного питательного вещества организм не может справляться 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.

Предполагаемые результаты 4-го 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.

Учебная деятельность

Учебная деятельность школьников строится по следующим модулям:

- гигиена питания,
- режим питания,

- рацион питания,
- культура питания,
- разнообразие питания,
- этикет,
- традиции и культура питания.

В результате изучения курса «Разговор о правильном питании» младшие школьники получают представления:

- о правилах и основах рационального питания,
- о необходимости соблюдения гигиены питания;
- о полезных продуктах питания;
- о структуре ежедневного рациона питания;
- об ассортименте наиболее типичных продуктов питания;
- об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в рационе питания;
- об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме;

умения:

Полученные знания позволят детям ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные;

Дети смогут оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;

Дети получают знания и навыки, связанные с этикетом в области питания с, что в определённой степени повлияет на успешность их социальной адаптации, установление контактов с другими людьми.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма проведения занятия	Количество часов, отводимых на освоение	ЦОР/ЭОР

			темы	
1	Знакомство с жителями «Улицы Сезам»	Коллективная игра-путешествие	1	https://www.prav-pit.ru/
2	Если хочешь быть здоров.	Беседа по теме. Игра.	1	https://www.prav-pit.ru/
3	Самые полезные продукты.	Динамическая игра «Поезд». Тест «Самые полезные продукты»	1	https://www.prav-pit.ru/
4	Экскурсия в магазин	Сюжетно-ролевая игра «Мы идем в магазин». Игра-соревнование «Разложи продукты на разноцветные столы».	1	https://www.prav-pit.ru/
5	На вкус и цвет товарищей нет.	Беседа по теме. Игра.	1	https://www.prav-pit.ru/
6	Кухни разных народов.	Проект-демонстрация «Кулинарные рецепты»	1	https://www.prav-pit.ru/
7	Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной? Как правильно есть.	Литературный конкурс «Сочиним сказку о любимой Крупеничке»	1	https://www.prav-pit.ru/
8	Гигиена питания.	Игра-обсуждение «Законы питания» (обсуждение стихотворения Чуковского «Барабек»).	1	https://www.prav-pit.ru/
9	Правила питания.	Игра-обсуждение «Законы питания» (обсуждение	1	https://www.prav-pit.ru/

		стихотворения Чуковского «Барбек»).)		
10	Удивительные превращения пирожка.	Исследование «Путь от зерна к батону»	1	https://www.prav-pit.ru/
11	Режим питания школьника.	Соревнование «Кто правильно покажет время завтрака, обеда и ужина»	1	https://www.prav-pit.ru/
2	Рацион питания.	Дидактическая игра «Доскажи пословицу».	1	https://www.prav-pit.ru/
13	Завтрак.	Беседа по теме. Игра.	1	https://www.prav-pit.ru/
14	Время есть булочки.	Практическое занятие: «Поделки из соленого теста»	1	https://www.prav-pit.ru/
15	Секреты обеда.	Беседа по теме. Игра.	1	https://www.prav-pit.ru/
16	Плох обед, если хлеба нет.	Праздник «Хлеб всему голова»	1	https://www.prav-pit.ru/
17	Полдник. Время есть булочки.	Беседа по теме. Игра.	1	https://www.prav-pit.ru/
18	Виртуальная экскурсия на хлебозавод.	Виртуальная экскурсия на хлебозавод.	1	https://www.prav-pit.ru/
19	Путешествие по улице правильного питания.	Соревнование Тест.	1	https://www.prav-pit.ru/
20	Это удивительное молоко	Работа в тетрадах. Отгадывание кроссворда.	1	https://www.prav-pit.ru/
21	Пора ужинать	Беседа по теме. Игра.	1	https://www.prav-pit.ru/

22	Как приготовить бутерброды	Игра-демонстрация «Как приготовить бутерброд»	1	https://www.prav-pit.ru/
23	Экскурсия в столовую. Блюда для завтрака, обеда и ужина.	Беседа. Просмотр фильма о правильном питании. Экскурсия в столовую.	1	https://www.prav-pit.ru/
24	Где найти витамины весной?	Изготовление книжки «Витаминная азбука»	1	https://www.prav-pit.ru/
25	Если хочется пить	Игра – спектакль «Там на неведомых дорожках»	1	https://www.prav-pit.ru/
26	Мы не дружим с Сухомяткой	Выполнение проектов по теме	1	https://www.prav-pit.ru/
27	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	Работа в тетрадях. Отгадывание кроссворда.	1	https://www.prav-pit.ru/
28	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	Беседа по теме. Игра.	1	https://www.prav-pit.ru/
29	КВН «Овощи, ягоды, фрукты»	Беседа по теме. Игра.	1	https://www.prav-pit.ru/
30	Витаминные истории	Беседа с мед.работником.	1	https://www.prav-pit.ru/
31	Каждому овощу свое время	Беседа по теме. Игра.	1	https://www.prav-pit.ru/
32	Витаминная радуга	КВН «Овощи, ягоды, фрукты самые витаминные продукты».	1	https://www.prav-pit.ru/
33	Праздник урожая	Каждому овощу свое время. Ролевые игры.	1	https://www.prav-pit.ru/

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма проведения занятия	Количество часов, отводимых на освоение темы	ЦОР/ЭОР
1	Вводное занятие. Что я знаю о питании.	Ролевые игры	1	https://www.prav-pit.ru/
2	Давайте познакомимся!	Игра, викторины	1	https://www.prav-pit.ru/
3	Из чего состоит наша пища.	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	1	https://www.prav-pit.ru/
4	Дневник здоровья. Пищевая тарелка	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	1	https://www.prav-pit.ru/
5	Что нужно есть в разное время года.	Работа в тетрадях, оформление плаката с правилами питания.	1	https://www.prav-pit.ru/
6	Меню жаркого летнего дня и холодного зимнего дня	Работа в тетрадях, оформление плаката с правилами питания.	1	https://www.prav-pit.ru/
7	Меню жаркого летнего дня и холодного зимнего дня	Работа в тетрадях, оформление плаката с правилами питания.	1	https://www.prav-pit.ru/
8	Как правильно питаться, если занимаешься спортом.	Соревнование Тест.	1	https://www.prav-pit.ru/

9	«Пищевая тарелка» спортсмена	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	1	https://www.prav-pit.ru/
10	Где и как готовят пищу.	Изготовление книжки-самоделки «Кладовая народной мудрости»	1	https://www.prav-pit.ru/
11	Где и как готовят пищу.	Изготовление книжки-самоделки «Кладовая народной мудрости»	1	https://www.prav-pit.ru/
2	Где и как готовят пищу.	Соревнование Тест.	1	https://www.prav-pit.ru/
13	Как правильно накрыть стол.	Урок –представление (театрализованный)	1	https://www.prav-pit.ru/
4	Как правильно накрыть стол (практикум)	Урок –представление (театрализованный)	1	https://www.prav-pit.ru/
15	Молоко и молочные продукты.	Виртуальная экскурсия на молокозавод	1	https://www.prav-pit.ru/
16	Молоко и молочные продукты.	Конкурс-викторина «Знатоки молока»	1	https://www.prav-pit.ru/
17	Кто работает на ферме?	Урок-рассказ по картинкам	1	https://www.prav-pit.ru/
18	Блюда из зерна.	Урок – совместный с родителями	1	https://www.prav-pit.ru/
19	Блюда из зерна.	Урок – совместный с родителями	1	https://www.prav-pit.ru/
20	Блюда из зерна.	Урок – совместный с	1	https://www.prav-pit.ru/

		родителями		
21	Какую пищу можно найти в лесу.	Практическая работа «Меню лесных жителей»	1	https://www.prav-pit.ru/
22	Какую пищу можно найти в лесу. Экскурсия в лес.	Практическая работа «Меню лесных жителей»	1	https://www.prav-pit.ru/
23	Что и как приготовить из рыбы.	Викторина «По рыбным местам»	1	https://www.prav-pit.ru/
24	Что и как приготовить из рыбы.	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	1	https://www.prav-pit.ru/
25	Дары моря.	Работа в тетрадях Эстафета поваров «Рыбное меню» Конкурс рисунков «В подводном царстве»	1	https://www.prav-pit.ru/
26	Дары моря.	Работа в тетрадях. Викторина «В гостях у Нептуна»	1	https://www.prav-pit.ru/
27	Кулинарное путешествие по России	Работа в тетрадях Конкурс – рисунков «Вкусный маршрут»	1	https://www.prav-pit.ru/
28	Кулинарное путешествие по России	Игра – проект «Кулинарный глобус»	1	https://www.prav-pit.ru/
29	Кулинарное путешествие по России	Мини-проект	1	https://www.prav-pit.ru/
30	Что можно приготовить, если	Работа в тетрадях, составление меню.	1	https://www.prav-pit.ru/

	выбор продуктов ограничен.	Конкурс-викторина		
31	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен.	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	1	https://www.prav-pit.ru/
32	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	1	https://www.prav-pit.ru/
33	Как правильно вести себя за столом.	Работа в тетрадях. Сюжетно – ролевые игры.	1	https://www.prav-pit.ru/
34	Как правильно вести себя за столом.	Работа в тетрадях. Сюжетно – ролевые игры.	1	https://www.prav-pit.ru/

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма проведения занятия	Количество часов, отводимых на освоение темы	ЦОР/ЭОР
1	Важность правильного питания.	Знакомство с рабочей тетрадью « Две недели в лагере здоровья»	1	https://www.prav-pit.ru/
2	Полезные и необходимые продукты. Свойства некоторых	Оформление дневника здоровья. Составление меню. Оформление стенгазеты «Из чего	1	https://www.prav-pit.ru/

	продуктов.	состоит наша пища».		
3	Разнообразие вкусовых свойств продуктов	Ролевые игры. Составление меню. Конкурс кулинаров.	1	https://www.prav-pit.ru/
4	Как происходит распознавание вкуса. Вкусовые свойства продуктов и блюд.	Ролевые игры. Составление меню. Конкурс кулинаров.	1	https://www.prav-pit.ru/
5	Представление о ценности здоровья, значение правильного питания.	Дневник «Мой день». Конкурс «Мама папа я - спортивная семья».	1	https://www.prav-pit.ru/
6	Представление о ценности здоровья, значение правильного питания.	Дневник «Мой день». Конкурс «Мама папа я - спортивная семья».	1	https://www.prav-pit.ru/
7	Представление о вредных пищевых добавках.	Экскурсия на кухню в школьной столовой .	1	https://www.prav-pit.ru/
8	Исследование – в каких продуктах есть вредные добавки. Практическая работа.	Выполнение проектов по теме	1	https://www.prav-pit.ru/
9	Овощи и их польза.	Работа в тетрадях. Отгадывание кроссворда.	1	https://www.prav-pit.ru/
10	Что нам осень принесла.	Ролевые игры. Конкурс «Сказка, сказка, сказка».	1	https://www.prav-pit.ru/
11	Урок-игра «Лесное лукошко»	Работа в тетрадях. Отгадывание кроссворда.	1	https://www.prav-pit.ru/

2	Как правильно есть.	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	1	https://www.prav-pit.ru/
13	Как сервировать стол.	Ролевые игры. Конкурс «Салфеточка»	1	https://www.prav-pit.ru/
4	Как сервировать стол.	Ролевые игры. Конкурс «Салфеточка»	1	https://www.prav-pit.ru/
15	Из чего варят каши, и как сделать кашу вкусной?	Практическая работа по определению вкуса продуктов. Ролевые игры	1	https://www.prav-pit.ru/
16	Из чего варят каши, и как сделать кашу вкусной?	Практическая работа по определению вкуса продуктов. Ролевые игры	1	https://www.prav-pit.ru/
17	Проектная работа «Каша – еда наша»	Выполнение проектов по теме	1	https://www.prav-pit.ru/
18	Плох обед, если хлеба нет.	Составление и отгадывание кроссвордов, практическая работа ролевые игры.	1	https://www.prav-pit.ru/
19	Полдник. Время естьбулочки.	Практическая работа по определению вкуса продуктов. Ролевые игры	1	https://www.prav-pit.ru/
20	Пора ужинать.	Составление меню для ужина. Оформление плаката «Пора ужинать». Ролевые игры	1	https://www.prav-pit.ru/
21	Практическая работа «Как составить меню	Работа в тетрадях. Отгадывание	1	https://www.prav-pit.ru/

	недели»	кроссворда.		
22	Зимние опасности. Предотвращение простудных заболеваний. Витамины от простуды.	Урок – панорама «Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты»	1	https://www.prav-pit.ru/
23	Весенний авитаминоз. Где найти витамины весной?	Урок - блиц-турнир «Где прячутся витамины?»	1	https://www.prav-pit.ru/
24	Фармацевтика – аптечные витамины.	Составление и отгадывание кроссвордов, практическая работа ролевые игры.	1	https://www.prav-pit.ru/
25	Что такое жажда. Как утолить жажду.	Практическая работа «Из чего приготовлен сок?»	1	https://www.prav-pit.ru/
26	Практическая работа.Рецептура полезных фруктовых напитков.	Составление и отгадывание кроссвордов, практическая работа ролевые игры.	1	https://www.prav-pit.ru/
27	Дневник здоровья – мониторинг своего здоровья.	Работа в тетрадях. Отгадывание кроссворда.	1	https://www.prav-pit.ru/
28	Спорт и правильное питание.	Выполнение проектов по теме	1	https://www.prav-pit.ru/
29	Где и как готовят пищу.	Экскурсия в школьную столовую	1	https://www.prav-pit.ru/
30	Безопасность на кухне.	Сюжетно-ролевая игра «На кухне»	1	https://www.prav-pit.ru/
31	Хлеб – всему голова.	Ролевые игры. Конкурс	1	https://www.prav-pit.ru/

		«Хлебопеки».		
32	Кто работает на ферме?	Проект	1	https://www.prav-pit.ru/
33	Молоко и молочные продукты.	Игра -исследование «Это удивительное молоко». Игра «Молочное меню». Викторина.	1	https://www.prav-pit.ru/
34	Заключительный урок.	Отчет о проделанной работе	1	https://www.prav-pit.ru/

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма проведения занятия	Количество часов, отводимых на освоение темы	ЦОР/ЭОР
1	Здоровье – это здорово!	Коллективная игра-путешествие	1	https://www.prav-pit.ru/
2	Режим дня.	Мини-проект	1	https://www.prav-pit.ru/
3	Питание и здоровье.	Выпуск стенгазеты о составе нашей пищи	1	https://www.prav-pit.ru/
4	Движение и здоровье.	Выпуск стенгазеты «Движение – жизнь»	1	https://www.prav-pit.ru/
5	Белки и продукты – источники белка.	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	1	https://www.prav-pit.ru/
6	Продукты – источники углеводов.	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	1	https://www.prav-pit.ru/
7	Продукты – источник жиров.	Работа в тетрадях, составление меню.	1	https://www.prav-pit.ru/

		Конкурс-викторина		
8	Витамины и минеральные вещества.	Практическая работа «Витаминный салат»	1	https://www.prav-pit.ru/
9	Калорийность продуктов.	Практическая работа по определению вкуса продуктов.	1	https://www.prav-pit.ru/
10	От чего зависит потребность в энергии.	Интерактивная игра	1	https://www.prav-pit.ru/
11	Движение и энергия.	Урок-игра «Мой день»	1	https://www.prav-pit.ru/
12	Где и как мы едим.	Урок - ролевая игра «Русская трапеза»	1	https://www.prav-pit.ru/
13	Продукты для длительного похода или экскурсии.	Мини-проект	1	https://www.prav-pit.ru/
14	Ты - покупатель	Практическая работа «Всегда ли нужно верить рекламе?»	1	https://www.prav-pit.ru/
15	Правила для покупателей.	Урок-викторина «Поле чудес»	1	https://www.prav-pit.ru/
16	О чем рассказала упаковка.	Мини-проект	1	https://www.prav-pit.ru/
17	Бытовые приборы и безопасное поведение на кухне.	Игра, викторина. Экскурсия в столовую.	1	https://www.prav-pit.ru/
18	Как правильно хранить продукты.	Игра «В гостях у тетушки Припасихи»	1	https://www.prav-pit.ru/
19	Приготовление пищи и правильная сервировка стола.	Составление меню ужина. Сервировка стола	1	https://www.prav-pit.ru/
20	Питание и климат.	Беседа: «Какую пищу	1	https://www.prav-pit.ru/

		можно найти в лесу»		
21	Кухни разных народов.	Практическая работа. Музыкальный конкурс.	1	https://www.prav-pit.ru/
22	Как питались доисторические люди.	Работа в тетради. Сюжетно-ролевая игра	1	https://www.prav-pit.ru/
23	Как питались в древнем Египте.	Работа в тетради. Сюжетно-ролевая игра	1	https://www.prav-pit.ru/
24	Как питались в Древней Греции и Риме.	Работа в тетради. Сюжетно-ролевая игра	1	https://www.prav-pit.ru/
25	Как питались в Средневековье.	Работа в тетради. Сюжетно-ролевая игра	1	https://www.prav-pit.ru/
26	Традиционные русские блюда.	Беседа «Традиционное семейное блюдо»	1	https://www.prav-pit.ru/
27	Русская каша.	Конкурс «Венок из пословиц»	1	https://www.prav-pit.ru/
28	Хлеб – всему голова.	Выполнение проектов по теме	1	https://www.prav-pit.ru/
29	Посуда на Руси.	Игра путешествие «Вкусный маршрут»	1	https://www.prav-pit.ru/
30	Кулинарные музеи.	Урок-игра «Посещение музея воды»	1	https://www.prav-pit.ru/
31	Кулинария в живописи.	Практическая работа. Конкурс рисунков.	1	https://www.prav-pit.ru/
32	Кулинарная тема в музыке.	Практическая работа. Музыкальный	1	https://www.prav-pit.ru/

		конкурс.		
33	Кулинарная тема в литературе.	Практическая работа. Литературный конкурс.	1	https://www.prav-pit.ru/
34	Заключительный урок.	Отчет о проделанной работе	1	https://www.prav-pit.ru/

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

Формы контроля

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

Подведение итогов реализации программы проводится в виде выставок работ учащихся, праздников, игр, викторин. В том числе:

- оформление выставок работ учащихся в классе, школе;
- оформление выставки фотографий «Мы – за здоровое питание»