

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Свердловской области**

**Департамент образования Администрация города Екатеринбург**

**МБОУ СОШ № 112**

РАССМОТРЕНО

Школьное  
методическое  
объединение начальных  
классов

Л.Р. Меньшинина

Протокол № 5  
от «28» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УД

И.И. Удинцев

Протокол № 8  
от «28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора

МБОУ СОШ № 112

Т.В. Метальникова

Приказ № 90  
от «28» августа 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

(ID 6455835)

**Разговоры о правильном питании**

для обучающихся 1-4 классов

**Екатеринбург 2024**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗГОВОРЫ О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ

Цель курса «Разговор о правильном питании» - формирование у детей основных представлений и навыков рационального питания, связанных с соблюдением режима, правил гигиены, умением выбирать полезные продукты и блюда.

Преимущество курса заключается в том, что его материал носит практико-ориентированный характер, актуален для детей. Всё, что они узнают и чему учатся на занятиях, они могут применить дома и в гостях уже сегодня.

Курс «Разговор о правильном питании» предполагает активное участие и максимальное вовлечение детей начальных классов в поисковую работу, в отработку знаний, навыков в определении продуктов правильного питания, понятий о витаминном составе продуктов, целесообразности трёхразового полноценного питания, расширение представлений о многообразии фруктов и овощей своего региона.

Факультативный курс носит интерактивный характер, стимулирующий непосредственное участие школьников в процессе обучения, пробуждающий интерес и желание соблюдать правила питания и заботиться о собственном здоровье. Для организации процесса обучения используются различные типы игр (ролевые, ситуационные), создание проектов, проведение мини-тренингов, дискуссий. Большое значение уделяется самостоятельной творческой деятельности школьников (поиску новой информации, подготовке заданий и т.д.).

Одно из важнейших условий эффективного проведения курса — поддержка родителей. Поэтому в «Разговоре о правильном питании» часть заданий ориентирована на совместную деятельность детей и взрослых.

В ходе изучения курса используются разнообразные формы и методы, обеспечивающие непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующие их интерес к изучаемому материалу, дающие возможность

проявить свои творческие способности. Содержание программы, а также используемые формы и методы её реализации носят игровой характер, развивают познавательный интерес к проблеме питания и формирования ЗОЖ, что наиболее соответствует возрастным особенностям детей, обеспечивает условия для активного включения их в процесс обучения и стимулирует активное присвоение предъявляемых ценностных нормативов и навыков. Поскольку игра является ведущей деятельностью для младших школьников, то и игровые методы являются основой организации обучения по программе. Можно выделить несколько типов игр, комбинация которых обеспечит эффективность процесса обучения: сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра.

## ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗГОВОРЫ О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ

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.

## МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗГОВОРЫ О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 112 (МБОУ СОШ № 112)

Программа внеурочной деятельности по общеинтеллектуальному направлению «Разговор о правильном питании» предназначена для обучающихся 1- 4 классов и составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс — 33 часа в год, 2-4 классы - 34 часа в год.

## ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗГОВОРЫ О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ

Групповая работа. Работа в парах.(сюжетно-ролевые игры, игры с правилами, образно-ролевые игры, дискуссии).

Фронтальная работа – это работа со всеми обучающимися. Учитель предлагает беседу, рассказ, историю, чтение статей, информационный материал. Такая форма работы требует устойчивого внимания и заинтересованность учащихся.

Индивидуальная работа – большое значение имеет для обработки практических навыков и умений, ответы на вопросы анкеты, проблемные задания, выполнение санитарно-гигиенических требований.

Методы:

Репродуктивный – (беседа, вопросы, тесты, анкетирование).

Проблемный

Частично-поисковый – (творческие задания: Режим для моей семьи. Любимые блюда мамы. Чем тебя накормит лес).

Объяснительно-иллюстративный.

# СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗГОВОРЫ О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ

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

№ п/п	Раздел	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1.	Разнообразие питания	5	5	5	5
2.	Гигиена питания и приготовление пищи	10	12	12	14
3.	Этикет	8	8	8	6
4.	Рацион питания	5	5	5	5
5.	Из истории русской кухни.	5	4	4	4
<b>Итого</b>		<b>33</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>

## *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 вилкой.

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)***

***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.

***Примерная тематика родительских собраний:***

«Правильное питание – залог здоровья»

«Здоровая пища для всей семьи».

«Учите детей быть здоровыми».

«Полноценное питание ребёнка и обеспечение организма всем необходимым».

«Формирование здорового образа жизни младших школьников».

«Режим питания школьника».

«Основные принципы здорового питания школьников».

«Рецепты правильного питания для детей».

«Вредные для здоровья продукты питания».

«При ослаблении организма принимайте витамины».

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Изучением 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

- . Учится выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика)

#### ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Разнообразие питания	2	Знакомство с программой . Беседа.	Экскурсия в столовую.	
2	Самые полезные продукты	4	Беседа « Какие продукты полезны и необходимы человеку». Учимся выбирать самые полезные продукты.	Работа в тетрадях, сюжетно-ролевые игры, экскурсии в магазин.	
3	Правила питания	5	Формирование у школьников основных принципов гигиены питания.	Работа в тетрадях, оформление плаката с правилами питания.	
4	Режим питания	7	Важность регулярного питания. Соблюдение режима питания.	Сюжетно-ролевая игра, соревнование , тест, демонстрация удивительного превращения пирожка	
5	Завтрак	5	Беседа «Из чего варят кашу». Различные	Игры, конкурсы, викторины. Составление	

			варианты завтрака.	меню завтрака.	
6	Роль хлеба в питании детей	5	Беседа «Плох обед, если хлеба нет». Рацион питания, обед.	Игры, викторины, конкурсы. Составление меню обеда.	
7	Проектная деятельность	3	Определение тем и целей проекта, формы организации, разработка плана проекта.	Выполнение проектов по теме «Плох обед, если хлеба нет».	
8	Подведение итогов	2		Творческий отчет вместе с родителями.	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		33			

## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вводное занятие	1	Повторение правил питания	Ролевые игры	
2	Путешествие по улице правильного питания	4	Знакомство с вариантами полдника	Игра, викторины	
3	Молоко и молочные продукты	3	Значение молока и молочных продуктов	Работа в тетрадях, составление меню. Конкурс-викторина	
4	Продукты для ужина	3	Беседа «Пора ужинать» Ужин, как обязательный компонент питания	Составление меню для ужина. Оформление плаката «Пора ужинать». Ролевые игры	
5	Витамины	3	Беседа «Где найти витамины в разные времена года».	Составление и отгадывание кроссвордов, практическая работа ролевые игры.	
6	Вкусовые качества продуктов	2	Беседа «На вкус и цвет товарища нет».	Практическая работа по определению вкуса продуктов. Ролевые игры	
7	Значение жидкости в организме	3	Беседа «Как утолить жажду» Ценность разнообразных напитков.	Работа в тетрадях. Ролевые игры. Игра – демонстрация	

				«Из чего готовят соки»	
8	Разнообразное питание	2	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	8	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	4		Конкурсы, ролевые игры.	
11	Семейное творческое содружество детей и взрослых	1		Творческий отчет вместе с родителями.	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34			

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вводное занятие.	2	Обобщение имеющихся знаний об основах рационального питания	Знакомство с рабочей тетрадью « Две недели в лагере здоровья»	
2	Состав продуктов.	4	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	3	Беседа «Что нужно есть в разное время года» Блюда национальной кухни	Рольевые игры. Составление меню. Конкурс кулинаров.	
4	Как правильно питаться, если занимаешься спортом.	2	Беседа «Что надо есть, если хочешь стать сильнее».Рацион собственного питания.	Дневник «Мой день». Конкурс «Мама папа я - спортивная семья».	
5	Приготовление пищи.	5	Беседа « Где и как готовят пищу» Устройство кухни Правила гигиены.	Экскурсия на кухню в школьной столовой . Рольевые игры. Конкурс «Сказка,	

				сказка, сказка».	
6	В ожидании гостей.	4	Беседа «Как правильно накрыть стол»Столовые приборы	Ролевые игры. Конкурс «Салфеточка».	
7	Молоко и молочные продукты	4	Беседа «Роль молока в питании детей». Ассортимент молочных продуктов.	Игра - исследование «Это удивительное молоко». Игра «Молочное меню». Викторина.	
8	Блюда из зерна	5	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»	4		Выполнение проектов по теме «Хлеб всему голова».	
10	Творческий отчет.	1		Творческий отчет вместе с родителями.	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34			

## 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вводное занятие	1	Повторение правил питания	Ролевые игры	
2	Растительные продукты леса	4	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	4	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	4	Беседа о морепродуктах. Блюда из морепродуктов Знакомство с обитателями моря.	Работа в тетрадях. Викторина « В гостях у Нептуна»	
5	Кулинарные	5	Знакомство с	Работа в тетрадях Конкурс – рисунков	

	путешествие по России»		традициями питания регионов, историей быта своего народа	«Вкусный маршрут» Игра – проект «кулинарный глобус»	
6	Рацион питания	5	Рассмотреть проблему «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен»	Работа в тетрадях . «Моё недельное меню» Конкурс « На необитаемом острове»	
7	Правила поведения за столом	4	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	2			
9	Проектная деятельность.	4	Определение тем и целей проектов, форм их организации Разработка планов работы, составление плана консультаций с педагогом	Выполнение проектов по теме « _____» _____» Подбор литературы. Оформление проектов.	
10	Подведение итогов работы	1			

<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВ О ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>	34	
---	----	--



# ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Если хочешь быть здоров	1		1	
2	Из чего состоит наша пища	1		1	
3	Полезные и вредные привычки	1		1	
4	Самые полезные продукты	1		1	
5	Как правильно есть(гигиена питания)	1		1	
6	Удивительное превращение пирожка	1		1	
7	Твой режим питания	1		1	
8	Из чего варят каши	1		1	
9	Как сделать кашу вкусной	1		1	
10	Плох обед, коли хлеба нет	1		1	
11	Хлеб всему голова	1		1	
12	Полдник	1		1	
13	Время есть булочки	1		1	
14	Пора ужинать	1		1	
15	Почему полезно есть рыбу	1		1	

16	Мясо и мясные блюда	1		1	
17	Где найти витамины зимой и весной	1		1	
18	Всякому овощу – свое время	1		1	
19	Как утолить жажду	1		1	
20	Что надо есть – если хочешь стать сильнее	2		2	
21	На вкус и цвет товарищей нет	1		1	
22	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	2		2	
23	Каждому овощу – свое время	1		1	
24	Народные праздники, их меню	2		2	
25	Как правильно накрыть стол.	1		1	
26	Когда человек начал пользоваться вилкой и ножом	1		1	
27	Щи да каша – пища наша	1		1	
28	Что готовили наши прабабушки.	1		1	
29	Итоговое занятие «Здоровое питание –	1	1		

	отличное настроение»				
30	Праздник урожая	1		1	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		33	1	32	

## 2 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательны е ресурсы
		Всего	Контрольны е работы	Практически е работы	
1	Вводное занятие. Повторение правил питания.	1		1	
2	Путешествие по улице правильного питания.	1		1	
3	Время есть булочки.	1		1	
4	Оформление плаката молоко и молочные продукты.	1		1	
5	Конкурс, викторина знатоки молока.	1		1	
6	Изготовление книжки- самоделки «Кладовая народной мудрости»	1		1	
7	Пора ужинать	1		1	
8	Практическая работа как приготовить бутерброды	1		1	
9	Составление меню для ужина.	1		1	
10	Значение витаминов в жизни человека.	1		1	
11	Практическая работа.	1		1	
12	Морепродукты.	1		1	

13	Отгадай мелодию.	1		1	
14	«На вкус и цвет товарища нет»	1		1	
15	Практическая работа «Из чего приготовлен сок?»	1		1	
16	Как утолить жажду	1		1	
17	Игра «Посещение музея воды»	1		1	
18	Праздник чая	1		1	
19	Что надо есть, что бы стать сильнее	1		1	
20	Практическая работа « Меню спортсмена»	1		1	
21	Практическая работа «Мой день»	1		1	
22	Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты	1		1	
23	Практическая работа «Изготовление витаминного салата»	1		1	
24	КВН «Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты»	1		1	
25	Оформление плаката «Витаминная страна»	1		1	
26	Посадка лука.	1		1	

27	Каждому овощу свое время.	1		1	
28	Инсценированные сказки вершки и корешки	1		1	
29	Конкурс «Овощной ресторан»	1		1	
30	Изготовление книжки «Витаминная азбука»	2		2	
31	Проект	2		2	
32	Подведение итогов. Творческий отчет «Реклама овощей».	1	1		
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	1	33	

### 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Введение	1		1	
2	Практическая работа.	1		1	
3	Из чего состоит наша пища	1		1	
4	Практическая работа «Меню сказочных героев»	1		1	
5	Что нужно есть в разное время года	1		1	
6	Оформление дневника здоровья	1		1	
7	Выпуск стенгазеты о составе нашей пищи	1		1	
8	Игра «В гостях у тетушки Припасихи»	1		1	
9	Конкурс кулинаров	1		1	
10	Как правильно питаться, если занимаешься спортом	1		1	
11	Составление меню для спортсменов	1		1	
12	Оформление дневника «Мой день»	1		1	

13	Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья»	1		1	
14	Где и как готовят пищу	1		1	
15	Экскурсия в столовую.	1		1	
16	Конкурс «Сказка, сказка, сказка».	1		1	
17	Как правильно накрыть стол.	1		1	
18	Игра накрываем стол	1		1	
19	Молоко и молочные продукты	1		1	
20	Экскурсия на молокозавод	1		1	
21	Игра- исследование «Это удивительное молоко»	1		1	
22	Молочное меню	1		1	
23	Блюда из зерна	1		1	
24	Путь от зерна к батону	1		1	
25	Конкурс «Венок из поговорок»	1		1	
26	Игра – конкурс «Хлебопеки»	1		1	
27	Выпуск стенгазеты	2		2	
28	Праздник «Хлеб всему голова»	1		1	

29	Экскурсия на хлебкомбинат	1		1	
30	Оформление проекта «Хлеб- всему голова»	3	1	2	
31	Подведение итогов	1		1	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	1	33	

## 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Вводное занятие	1		1	
2	Какую пищу можно найти в лесу.	1		1	
3	Правила поведения в лесу	1		1	
4	Лекарственные растения	1		1	
5	Игра – приготовить из рыбы.	1		1	
6	Конкурсов рисунков "В подводном царстве"	1		1	
7	Эстафета поваров	1		1	
8	Конкурс половиц поговорок	1		1	
9	Дары моря.	1		1	
10	Экскурсия в магазин морепродуктов	1		1	
11	Оформление плаката « Обитатели моря»	1		1	
12	Викторина « В гостях у Нептуна»	1		1	
13	Меню из морепродуктов	1		1	

14	Кулинарное путешествие по России.	1		1	
15	Традиционные блюда нашего края	1		1	
16	Практическая работа по составлению меню	1		1	
17	Конкурс рисунков «Вкусный маршрут»	1		1	
18	Игра – проект «Кулинарный глобус»	1		1	
19	Праздник «Мы за чаем не скучаем»	1		1	
20	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	1		1	
21	Составление недельного меню	1		1	
22	Конкурс кулинарных рецептов	1		1	
23	Конкурс «На необитаемом острове»	1		1	
24	Как правильно вести себя за столом	1		1	
25	Практическая работа	1		1	
26	Изготовление книжки «Правила	2		2	

	поведения за столом»				
27	Накрываем праздничный стол	1		1	
28	Проект	4	1	3	
29	Подведение итогов	2		2	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	1	33	





ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 203213900564843355954824568531281433305066908356

Владелец Метальникова Людмила Викторовна

Действителен с 08.10.2024 по 08.10.2025