

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа» пст. Нижняя Омра**

«Утверждаю»
Директор МОУ «ООШ» пст. Нижняя Омра
_____ Н. А. Кычина
Приказ № 204 от 19.09.2022 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»
Для обучающихся 7-15 лет
4 года обучения

2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» разработана в соответствии:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 N273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями;
- Действующим санитарным законодательством «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача;
- Федеральным государственным образовательным стандартом НОО, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 №286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";
- Федеральным государственным образовательным стандартом ООО, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 №287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования";
- Основной образовательной программой начального общего образования МОУ «ООШ» пст. Нижняя Омра;
- Основной образовательной программой основного общего образования МОУ «ООШ» пст. Нижняя Омра;
- Уставом МОУ «ООШ» пст. Нижняя Омра.

Программа внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» направлена на формирование в совместной деятельности учителя и обучающихся отношения к окружающей действительности. Программа модифицированная, разработана на основе типовых программ и методических разработок, дополняет и углубляет школьные программы, по функциональному предназначению программа является учебно-познавательной.

Цель курса- воспитание у детей культуры питания, осознания ими здоровья как главной человеческой ценности.

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

Обучающие:

- 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 укрепления здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми практических навыков рационального питания;
- информирование школьников о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа

Развивающие:

- 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.

Воспитывающие:

- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;

Программа направлена на формирование культуры здоровья, осознание важности образования и воспитания правильного питания, формирования системы позитивных национальных ценностей, идеалов сохранения собственного здоровья, здоровья близких, как важнейшее национальное достояние России.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что программа предусматривает организацию деятельности обучающихся в форме школы правильного питания. Такая форма позволяет, с одной стороны, обеспечить максимально широкий охват обучающихся образованием в области жизненно важных вопросов собственного здоровья. Это способствует повышению учебной мотивации обучающихся, освоению их субъективной роли «обучаю других» как шага к следующему этапу «обучаю себя».

Программа «Разговор о правильном питании» предполагает активное участие и максимальное вовлечение детей 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.

Программа 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 программы— поддержка родителей. Поэтому в «Разговоре о правильном питании» часть заданий ориентирована на совместную деятельность детей и взрослых. Родители также участвуют в подготовке и проведении различных мероприятий — праздников, конкурсов, викторин.

Периодичность занятий: 1 раз в неделю (34 часа)

Возраст обучающихся: 7-15 лет

Продолжительность занятий -40 минут

Выполнение программы рассчитано на четырёхлетний срок обучения, 1 занятие каждую неделю.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»

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 «Чиполлино 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 (18ч)

Модуль	Год изучения	Задачи
«Разговор о правильном питании»	1 год	<ul style="list-style-type: none">• формирование и развитие представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;• развитие творческих способностей и кругозора у детей, их интересов и познавательной деятельности;• развитие коммуникативных навыков у детей, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;• просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей.
	2 год	<ul style="list-style-type: none">• формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;• развитие коммуникативных навыков у детей, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;• просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей.

«Две недели в лагере здоровья»	3 год	<ul style="list-style-type: none"> • освоение детьми практических навыков рационального питания; • информирование детей 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 коммуникативных навыков у детей, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы; • просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей.
	4 год	<ul style="list-style-type: none"> • формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека; • развитие коммуникативных навыков у детей, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы; • просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей.

№ п/п	Раздел	1 год	2 год	3 год	4 год
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.	6	4	4	4
Итого		34	34	34	34

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

1 – 2 год «Разговор о правильном питании»	3 – 4 год «Две недели в лагере здоровья»
<i>1. Личностные результаты, формируемые при изучении содержания данного курса: самоопределение, смыслообразование, морально-этическая ориентация.</i>	
<ul style="list-style-type: none"> • проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания; • овладение установками, нормами и правилами правильного питания; • готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания; • умение ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания; 	

• умение сознательно выбирать наиболее полезные ценностно-смысловые установки обучающихся, формируемые средствами различных предметов в рамках программы «Разговор о правильном питании», в том числе развитие представления об адекватности питания, его соответствия росту, весу, возрасту, образу жизни человека.

2. Метапредметные результаты, формируемые при изучении содержания данного курса: коммуникативные, регулятивные, познавательные.

Коммуникативные УУД

- использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач;
- построение монологического высказывания (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой);
- владение диалогической формой коммуникации, используя, в том числе, и инструменты ИКТ и дистанционного общения.

- использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач;
- построение монологического высказывания (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой);
- владение диалогической формой коммуникации, используя, в том числе, и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- формулирование собственного мнения;
- умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- понимание возможности существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной;
- умение ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.

Регулятивные УУД

- понимание и сохранение учебной задачи;
- понимание выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планирование своих действий в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- принятие установленных правил в планировании и контроль способа решения;
- осуществление итогового и пошагового контроля по результату (в случае работы в интерактивной среде пользоваться реакцией среды решения задачи).

- понимание и сохранение учебной задачи;
- понимание выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планирование своих действий в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- принятие установленных правил в планировании и контроль способа решения;
- осуществление итогового и пошагового контроля по результату (в случае работы в интерактивной среде пользоваться реакцией среды решения задачи);
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

	<ul style="list-style-type: none"> самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в выполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.
Познавательные УУД	
<ul style="list-style-type: none"> осуществление поиска необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе в контролируемом пространстве Интернета; осуществление записи (фиксации) выборочной информации об окружающем мире и себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ; построение сообщения в устной и письменной форме; смысловое восприятие художественных и познавательных текстов, выделение существенной информации из сообщений разных видов (в первую очередь текстов); осуществление анализа объектов с выделением существенных и несущественных признаков; осуществление сравнения и классификации на основе самостоятельного выбора оснований и критериев для указанных логических операций. 	<ul style="list-style-type: none"> осуществление поиска необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе в контролируемом пространстве Интернета; осуществление записи (фиксации) выборочной информации об окружающем мире и себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ; построение сообщения в устной и письменной форме; смысловое восприятие художественных и познавательных текстов, выделение существенной информации из сообщений разных видов (в первую очередь текстов); осуществление анализа объектов с выделением существенных и несущественных признаков; осуществление сравнения и классификации на основе самостоятельного выбора оснований и критериев для указанных логических операций; установление причинно-следственных связей в изучаемом круге явлений; построение рассуждений в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах, связях; выделение существенных признаков и их синтеза.
<p><i>3.Предметные результаты освоения обучающимися содержания данной программы: основы системы научных знаний, опыт «предметной» деятельности по получению, преобразованию, применению нового знания, предметные и метапредметные действия с учебным материалом.</i></p>	
<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 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;

<p>питания;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● знание о структуре ежедневного рациона питания; ● навыки по соблюдению и выполнению гигиены питания; ● умение самостоятельно ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания. 	<ul style="list-style-type: none"> ● умение самостоятельно выбирать продукты, в которых содержится наибольшее количество питательных веществ и витаминов; ● 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.
--	---

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ПРОГРАММЕ КУРСА
«РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»
1-й год обучения**

№ п/п	Наименование темы занятий	Кол-во часов	Виды учебной деятельности
1	Вводное занятие.. Если хочешь быть здоров	1	Решение познавательных задач
2	Из чего состоит наша пища	1	Наблюдение. Работа по тетради.
3	Полезные и вредные привычки питания	1	Сюжетно-ролевая игра. Работа по тетради.
4	Самые полезные продукты	1	Сюжетно-ролевая игра. Работа по тетради.
5	Как правильно есть(гигиена питания)	1	Практическая работа
6	Удивительное превращение пирожка	1	Соревнование, викторина
7	Твой режим питания	1	Работа с текстом, игра
8	Из чего варят каши	1	Решение познавательных задач
9	Как сделать кашу вкусной	1	Практическая работа. Работа по тетради.
10	Плох обед, коли хлеба нет	1	Викторина, решение познавательных задач.
11	Хлеб всему голова	1	Игра. Практическое занятие.
12	Полдник	1	Викторина, составление меню.
13	Время есть булочки	1	Игры, викторина.
14	Пора ужинать	1	Составление меню, работа по тетради.
15	Почему полезно есть рыбу	1	Наблюдение, решение

			познавательных задач.
16	Мясо и мясные блюда	1	Решение познавательных задач
17	Где найти витамины зимой и весной	1	Презентация, игра, практическая работа.
18	Всякому овощу – свое время	1	Работа со сказкой, игра-эстафета.
19	Как утолить жажду	1	Практическая работа, наблюдение
20	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	1	Решение познавательных задач.
21	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	1	Сюжетно-ролевые игры, викторина.
22	На вкус и цвет товарищей нет	1	Презентация, работа по тетради, игра.
23	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	1	Работа со сказкой, игра-эстафета
24	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	1	Практическое задание, работа по тетради.
25	Каждому овощу – свое время	1	Решение познавательных задач.
26	Народные праздники, их меню	1	Практическое задание
27	Народные праздники, их меню	1	Конкурс, игра
28	Как правильно накрыть стол.	1	Практическое задание, работа по тетради
29	Когда человек начал пользоваться вилок и ножом	1	Презентация, практическое задание
30	Щи да каша – пища наша	1	Игра «Правильно-неправильно»
31 32	Что готовили наши прабабушки.	2	Презентация, работа по тетради, игра
33	Игра «Здоровое питание – отличное настроение»	1	Игра
34	Подведение итогов.	1	Деятельностная игра «Аукцион»

2-й год обучения

№ п/п	Наименование темы занятий	Кол-во часов	Виды учебной деятельности
1.	Вводное занятие. Повторение правил питания.	1	Решение познавательных задач
2.	Путешествие по улице правильного питания.	1	Наблюдение. Работа по тетради.
3.	Время есть булочки.	1	Сюжетно-ролевая игра. Работа по тетради.
4.	Оформление плаката молоко и молочные продукты.	1	Сюжетно-ролевая игра. Работа по тетради.
5.	Конкурс-викторина «Знатоки»	1	Конкурс-викторина

	молока».		
6.	Изготовление книжки-самоделки «Кладовая народной мудрости»	1	Практическое задание
7.	Пора ужинать	1	Работа с текстом, игра. Решение познавательных задач
8.	Практическая работа: « Как приготовить бутерброды»	1	Практическое задание
9.	Составление меню для ужина.	1	Практическая работа. Работа по тетради.
10	Значение витаминов в жизни человека.	1	Викторина, решение познавательных задач.
11	Практическая работа. Значение витаминов в жизни человека.	1	Игра. Практическое занятие.
12.	Морепродукты.	1	Викторина, работа по тетради.
13.	«На вкус и цвет товарища нет»	1	Игры, викторина.
14.	Отгадай мелодию. «На вкус и цвет товарища нет»	1	Составление меню, работа по тетради.
15.	Практическая работа «Из чего приготовлен сок?»	1	Практическое задание.
16.	Как утолить жажду	1	Решение познавательных задач
17.	Игра «Посещение музея воды»	1	Презентация, игра.
18.	Праздник чая	1	Игра -эстафета.
19.	Что надо есть, чтобы стать сильнее	1	Практическая работа, наблюдение
20.	Практическая работа «Меню спортсмена»	1	Практическое задание
21.	Практическая работа «Мой день»	1	Практическое задание .
22.	Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты	1	Презентация, работа по тетради, игра.
23.	Практическая работа «Изготовление витаминного салата»	1	Практическое задание, работа по тетради.
24.	Поле чудес «Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты»	1	Игра
25.	Оформление плаката «Витаминная страна»	1	Практическое задание
26.	Посадка лука.	1	Практическое задание
27.	Каждому овощу свое время.	1	Конкурс, игра
28.	Инсценирование сказки « Вершки и корешки».	1	Практическое задание, работа по тетради
29.	Конкурс «Овощной ресторан»	1	Презентация, практическое задание
30.	Изготовление книжки «Витаминная азбука»	1	Игра «Правильно-неправильно»

31.	Игра: «Наше питание»	1	Презентация, работа по тетради, игра
32.	Творческий отчет. «Реклама овощей».	1	Игра
33.	Творческий отчет. Фрукты и овощи.	1	Деятельностная игра «Аукцион»
34.	Подведение итогов.	1	Решение познавательных задач

3-й год обучения

№ п/п	Наименование темы занятий	Кол-во часов	Виды учебной деятельности
1.	Вводное занятие. Давайте познакомимся!	1	Решение познавательных задач
2.	Викторина «Поле чудес».	1	Викторина, игра
3.	Из чего состоит наша пища	1	Сюжетно-ролевая игра. Работа по тетради.
4.	Игра «Меню сказочных героев»	1	Сюжетно-ролевая игра. Работа по тетради.
5.	Что нужно есть в разное время года	1	Практическая работа. Работа по презентации.
6.	Оформление дневника здоровья	1	Практическое задание, сюжетно-ролевая игра
7.	Выпуск стенгазеты о составе нашей пищи	1	Практическое задание
8.	Игра «В гостях у тетушки Припасихи»	1	Решение познавательных задач, игра
9	Конкурс кулинаров	1	Практическое задание, конкурс.
10	Как правильно питаться, если занимаешься спортом	1	Викторина, решение познавательных задач.
11	Составление меню для спортсменов	1	Игра. Практическое занятие.
12	Оформление дневника «Мой день»	1	Викторина, практическое задание.
13	Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья»	1	Конкурс.
14	Где и как готовят пищу	1	Наблюдение, решение познавательных задач.
15	Экскурсия в столовую.	1	Экскурсия в столовую, викторина.
16	Конкурс «Сказка, сказка, сказка».	1	Решение познавательных задач
17	Как правильно накрыть стол.	1	Презентация, игра, практическая работа.
18	Игра «Накрываем стол»	1	Практическое занятие.

19	Молоко и молочные продукты	1	Решение познавательных задач.
20	Конкурс рисунков «Столовая будущего».	1	Конкурс рисунков, разгадывание загадок
21	Игра-исследование «Это удивительное молоко»	1	Игра-исследование
22	Молочное меню	1	Презентация, составление меню, игра.
23	Блюда из зерна	1	Работа со сказкой, работа по тетради
24	Путь от зерна к батону	1	Практическое задание, работа по тетради.
25	Конкурс «Венок из пословиц»	1	Решение познавательных задач.
26	Игра – конкурс «Хлебопеки»	1	Решение познавательных и практических задач
27	К.И.Чуковский «Федорино горе».	1	Конкурс, игра
28	Праздник «Хлеб всему голова»	1	Практическое задание, игры
29	Повар – профессия древняя.	1	Презентация, практическое задание
30	Конкур поделок из соленого теста «Хлебопеки».	1	Игра «Правильно-неправильно»
31	Оформление проекта « Хлеб-всему голова»	1	Презентация, работа по тетради, игра
32	Творческий отчет.	1	Презентация, решение познавательных задач
33	Интерактивная экскурсия в музей правильного питания. Из истории кухонной утвари.	1	Экскурсия
34	Подведение итогов.	1	Решение познавательных задач

4-й год обучения

№ п/п	Наименование темы занятий	Кол-во часов	Виды учебной деятельности
1.	Вводное занятие	1	Решение познавательных задач
2.	Какую пищу можно найти в лесу.	1	Наблюдение. Работа по тетради. Викторина.
3.	Правила поведения в лесу	1	Сюжетно-ролевая игра. Практическое задание.
4.	Лекарственные растения	1	Сюжетно-ролевая игра. Работа с книгой.
5.	Игра – приготовить из рыбы.	1	Практическая работа
6.	Конкурсов рисунков» В подводном царстве»	1	Конкурс рисунков, викторина
7.	Эстафета поваров	1	Эстафета, решение познавательных задач.

8.	Конкурс половиц поговорок	1	Решение познавательных задач, конкурс
9.	Дары моря.	1	Практическая работа. Работа по тетради.
10.	Интерактивная экскурсия в магазин морепродуктов	1	Экскурсия, решение познавательных задач.
11.	Оформление плаката «Обитатели моря»	1	Игра. Практическое занятие.
12.	Викторина «В гостях у Нептуна»	1	Викторина, решение познавательных задач.
13.	Меню из морепродуктов	1	Составление меню, викторина.
14.	Кулинарное путешествие по России.	1	Просмотр учебных фильмов, работа по тетради.
15.	Традиционные блюда нашего края	1	Просмотр учебных фильмов, презентаций, решение познавательных задач.
16.	Практическая работа по составлению меню	1	Практическое задание-составление меню, викторина
17.	Конкурс рисунков «Вкусный маршрут»	1	Презентация, игра, практическое задание.
18.	Мини-проект «Съедобная азбука».	1	Выполнение проекта
19.	Праздник Мы за чаем не скучаем»	1	Игра, решение познавательных задач
20.	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	1	Решение познавательных задач.
21.	Составление недельного меню	1	Составление меню, викторина, решение познавательных задач.
22.	Конкурс кулинарных рецептов	1	Конкурс, игра.
23.	Конкурс «На необитаемом острове»	1	Работа с книгой, конкурс.
24.	Как правильно вести себя за столом	1	Практическое задание, викторина.
25.	Практическая работа «Поделки из макарон».	1	Практическая работа.
26.	Изготовление книжки «Правила поведения за столом»	1	Практическое задание.
27.	Накрываем праздничный стол	1	Отбор и сравнение материала, игра.
28.	Накрываем праздничный стол	1	Практическое задание, сюжетно-ролевая игра.
29.	Блюда из картошки.	1	Презентация, практическое задание.
30.	Этикет.	1	Просмотр учебного фильма,

			презентации. Игра «Правильно-неправильно»
31.	Итоговый тест по курсу «Разговор о правильном питании».	1	Решение познавательных задач, тест.
32.	Праздник жителей города здоровья. Творческий отчет	1	Игра
33.	Викторина по изученным темам.	1	Деятельностная игра «Аукцион»
34.	Подведение итогов.	1	Решение познавательных задач

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения программы «Разговор о правильном питании»

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009,79с.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья/ Методическое пособие. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009, 79с
3. Безруких М.М. и др. Разговор о правильном питании: Рабочая тетрадь. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011. – 72 с
4. Верзилин Н. По следам Робинзона Л. 1974,254с
5. Верзилин. Н. Путешествие с комнатными растениями Л., 1974,254 с
6. Верзилин Н. Путешествие с домашними растениями.-Л., 1974,200с
7. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе: 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2004. – 124 с.
8. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-4 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
9. Кондова С.Н.Что готовить, когда мамы нет дома М., 1990,185с
10. Ладодо К.С Продукты и блюда в детском питании. М.,1991,190с.
11. Огуреева Г.Н. Краткий атлас – справочник грибника и ягодника. М., Издательство АСТ, 2001с.
12. Похлёбкин В.В. История важнейших пищевых продуктов.М., 2000, 350с
13. Справочник по детской диетике. М.1977., 340 с.
14. Этикет и сервировка праздничного стола. М., 2002.400с