

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

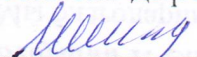
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области

управление образования Зимовниковского района

МБОУ Савоськинская СОШ № 5

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора



Шищенко Т.П.

Приказ №125 от «01»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор



Петрова Н.В.

Приказ №125 от «01»
августа 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Азбука здорового питания»

для обучающихся 1-4 классов

х. Савоськин 2023

Пояснительная записка

Нормативную правовую основу настоящей рабочей программы курса внеурочной деятельности «Азбука здорового питания» составляют следующие документы.

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-Ф
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64100).
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69676).
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229).
6. Устава МБОУ Савоськинской СОШ №5
7. Приказ МБОУ Савоськинской СОШ №5 от 01.08.2023 №125 «Об утверждении перечня курсов программ внеурочной деятельности»
8. Приказ МБОУ Савоськинской СОШ №5 от 07.08.2023 №128 «Об утверждении учебных планов НОО,ООО,СОО»
9. Приказ МБОУ Савоськинской СОШ №5 от 15.08.2023 №136 «Об утверждении календарного учебного графика на 2023-2024 учебный год»

10. Положения о рабочих программах внеурочной деятельности МБОУ Савоськинской СОШ №5, утвержденного приказом 157 от 30.08.2018г.

Цель программы:

создание условий для формирования представлений о том, какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку каждый день, об основных принципах гигиены питания, о связи рациона питания и образа жизни, о высококалорийных продуктах питания. Дать представление о необходимости и важности регулярного питания и соблюдение режима питания

Задачи программы:

Создание условий для:

— ознакомления обучающихся с необходимостью заботы о своём здоровье; важности правильного питания как составной части сохранения и укрепления здоровья;

— овладения системой знаний о здоровом питании, необходимости витаминов в пище;

— приобретения опыта самостоятельной деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению;

Создание условий для формирования у обучающихся:

— конкретно-наглядных представлений о существенных сторонах здорового образа жизни;

— способностей к организации своей учебной деятельности посредством освоения личностных, познавательных, регулятивных и коммуникативных универсальных учебных действий;

— основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни;

— чувства ответственности за своё здоровье.

Программа способствует воспитанию у детей культуры здоровья, осознанию ими здоровья как главной человеческой ценности.

Место курса внеурочной деятельности в учебном плане.

Согласно Учебному плану МБОУ Савоськинской СОШ №5 на 2023-2024 учебный год (утверждён от 05.08.2022 №125) курс внеурочной деятельности «Азбука здорового питания» изучается 1 час в неделю, 33 часа в год в 1 классе, 34 час в год во 2, 3, 4 классе.

Содержание программного материала 1 класс

Содержание	Теория	Практика
1. Разнообразие питания.	Знакомство с программой . Беседа.	Экскурсия в столовую.
2. Самые полезные продукты	Беседа « Какие продукты полезны и необходимы человеку». Учимся выбирать самые	Работа в тетрадях, сюжетно-ролевые игры, экскурсии в магазин.

	полезные продукты.	
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.

Предполагаемые результаты 1-го года обучения.

Обучающиеся должны знать:

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

После первого года обучения обучающиеся должны уметь:

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

2 класс

Содержание	Теория	Практика
1. Вводное занятие	Повторение правил питания	Ролевые 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.

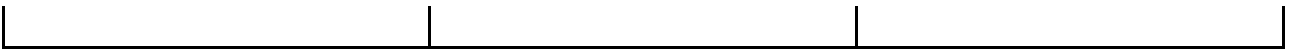
Обучающиеся должны знать:

- 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	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 .	Ролевые игры. Конкурс «Хлебопеки». Праздник «Хлеб всему голова».



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 обучающиеся 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, обед

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 по теме « _____ _____» Подбор литературы. Оформление проектов.
10.Подведение итогов работы		

Предполагаемые результаты четвёртого года обучения

Обучающиеся 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;

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности:

Личностными результатами обучающихся:

- умение определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- умение использовать знания в повседневной жизни;
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, делать выбор (при поддержке других участников группы и педагога), как поступит;
- умение проявлять инициативу и самостоятельность на занятиях;
- познавательный интерес к основам культуры питания.

Метапредметными результатами обучающихся являются:

Регулятивные:

- умение проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение адекватно оценивать правильность выполнения действия (под руководством учителя) и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

Познавательные:

- умение узнавать изученные объекты и явления живой природы;
- умение использовать различные справочные материалы (словарь, определитель растений и животных на основе иллюстраций, в том числе и компьютерные издания) для поиска необходимой информации;
- умение обнаруживать простейшие взаимосвязи в живой и неживой природе; умение использовать их для объяснения необходимости здорового питания.

Коммуникативные:

- умение планировать в сотрудничестве с учителем и одноклассниками свою деятельность;
- умение формулировать собственное мнение и позицию;
- умение строить простейшие монологические высказывания;
- умение задавать вопросы;
- умение контролировать действия партнёров при работе в группах и парах, оказывать необходимую взаимопомощь.

Предметные:

- 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.

Основные требования к знаниям, умениям и системе ценностей учащихся к концу второго года обучения

Универсальными компетенциями учащихся 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 обучающихся:

— 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 учащимися 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 учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

— 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

—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.

Основные требования к знаниям, умениям и системе ценностей учащихся к концу третьего года обучения

Личностными результатами освоения учащимися программы являются:

- проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания;

- овладение установками, нормами и правилами правильного питания;

- готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания, в том числе ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, 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.

Метапредметными результатами освоения программы являются:

- способность и готовность к освоению систематических знаний о правильном питании, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к решению личностных и социально значимых проблем здорового питания и воплощение найденных решений в практику;
- способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии в области здорового питания;

Предметными результатами освоения программы являются:

- рациональное использование учебной и дополнительной технологической информации для проектирования и создания личной траектории здорового питания;
- оценка технологических свойств сырья и областей их применения;
- владение методами чтения штрих-кодов на продуктах питания, приобретаемых в розничной торговле;
- формирование представления о роли национальных кухонь в обеспечении полноценным питанием жителей той или иной местности.

Основные требования к знаниям, умениям и системе ценностей учащихся к концу четвертого года обучения

Личностными результатами освоения программы являются:

- принятие установки на здоровый образ жизни;
- принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохрательного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- следования в поведении моральным нормам и этическим требованиям

Метапредметными результатами освоения программы являются:

- соблюдение норм и правил безопасности труда, пожарной безопасности, правил санитарии и гигиены;
- планирование технологического процесса труда;
- выраженная готовность в потребности здорового питания;
- осознание ответственности за качество правильного питания;
- дизайнерское проектирование блюд с точки зрения здорового питания;
- освоение навыков сервировки стола;
- публичная презентация и защита мини-проектов по здоровому питанию.

Предметными результатами освоения программы являются:

- понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения;
- использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья;
- пользоваться простыми навыками самоконтроля самочувствия для сохранения здоровья, осознанно выполнять режим дня, правила рационального питания и личной гигиены.

тематическое планирование 1
класс

п/п	Тема	количество часов	Дата	Форма проведения занятий	ЦОР/ ЭОР
1	Вводное занятие	1	1.09	Беседа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
2	Экскурсия в столовую	1	8.09	Экскурсия	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
3	Питание в семье	1	15.09	Беседа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
4	Оформление плаката любимые продукты и блюда	1	22.09	Оформление плаката	
5	Полезные продукты	1	29.09	Конкурс рисунков	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
6	Экскурсия в магазин.	1	6.10	Экскурсия	Ollfrkids.ru
7	Оформление дневника.	1	13.10	Оформление дневника	Ollfrkids.ru
8	Практическая работа.	1	20.10	Практическая работа	Ollfrkids.ru
9	Проведение тестирования «Самые полезные продукты».	1	27.10	тест	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
10	Правила питания.	1	10.11	Лекция	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
11	Гигиена питания.	1	17.11	Лекция	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
12	Работа с дневником правильного питания.	1	24.11	Практика	Ollfrkids.ru
13	Практическое занятие «Законы питания».	1	1.12	Практика	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru

14-15	Оформление плаката правильного питания.	2	8.12 15.12	Оформление плаката	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
16	Удивительное превращение пирожка.	1	22.12	Презентация	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
17	Режим питания школьника.	1	29.12	Просмотр видеофильма	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
18	Практическая работа «Удивительное превращение пирожка».	1	12.01	Практика	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
19	Тестирование по теме «Режим питания».	1	19.01	Тест	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
20	Из чего варят кашу. Разнообразие каш для завтрака.	1	26.01	Практика	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
21	Составление меню для завтрака.	1	2.02	Практика	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
22	Конкурс «Самая вкусная, полезная каша»	1	9.02	Конкурс	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
23	«Плох обед, если хлеба нет»	1	16.02	Встреча с хлеборобами	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
24	Экскурсия в булочную.	1	1.03	Экскурсия	Ollfrkids.ru
25	Составление меню обеда.	1	15.03	Практическое занятие	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
26-27	Практическая работа «Советы Хозяюшки».	2	22.03 5.04	Практика	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
28-29	Секреты обеда.	2	12.04 19.04	Практическая по кулинарии	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
30-31-32-33	Викторины, игры	4	26.04 3.05 17.05 24.05	Викторины, игры	Ollfrkids.ru

Тематическое планирование 2 класс

п/п	Тема	Количество часов	Дата	Форма проведения занятий	ЦОР/ЭОР
1.	Вводное занятие. Повторение правил питания.	1	1.09	Беседа	Ollfrkids.ru
2.	Путешествие по улице правильного питания.	1	8.09	Презентация	Ollfrkids.ru
3.	Время есть булочки.	1	15.09	Практика	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
4.	Оформление плаката молоко и молочные продукты.	1	22.09	Оформление плаката	Ollfrkids.ru
5.	Конкурс, викторина знатоки молока.	1	29.09	Конкурс	Ollfrkids.ru
6.	Изготовление книжки-самodelки «Кладовая народной мудрости»	1	6.10	Изготовление книжки	Ollfrkids.ru
7.	Пора ужинать	1	13.10	Практика	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
8.	Практическая работа как приготовить бутерброды	1	20.10	Практика	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
9.	Составление меню для ужина.	1	27.10	Практическая работа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
10	Значение витаминов в жизни человека.	1	10.11	Беседа	Ollfrkids.ru
11	Практическая работа.	1	17.11	Практическая работа	Ollfrkids.ru
12.	Морепродукты.	1	24.11	Лекция	
13.	Отгадай мелодию.	1	1.12	Игра	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru Ollfrkids.ru
14.	«На вкус и цвет товарища нет»	1	8.12	Дискуссия	Ollfrkids.ru

15.	Практическая работа «Из чего приготовлен сок?»	1	15.12	Практическая работа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
16.	Как утолить жажду	1	22.12	Беседа	Ollfrkids.ru
17.	Игра «Посещение музея воды»	1	29.12	Игра	Ollfrkids.ru
18.	Праздник чая	1	12.01	Праздник	Ollfrkids.ru
19.	Что надо есть, что бы стать сильнее	1	19.01	Беседа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
20.	Практическая работа « Меню спортсмена»	1	26.01	Практическая работа	Ollfrkids.ru
21.	Практическая работа «Мой день»	1	2.02	Практическая работа	Ollfrkids.ru
22.	Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты	1	9.02	Конкурс рисунков	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
23.	Практическая работа «Изготовление витаминного салата»	1	16.02	Практическая работа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
24.	КВН «Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты»	1	1.03	КВН	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
25.	Оформление плаката «Витаминная страна»	1	15.03	Оформление плаката	Ollfrkids.ru
26.	Посадка лука.	1	22.03	Практика	Ollfrkids.ru
27.	Каждому овощу свое время.	1	5.04	Лекция	Ollfrkids.ru
28.	Инсценировка сказки « Вершки и корешки»	1	12.04	Инсценировка	Ollfrkids.ru
29.	Конкурс «Овощной ресторан»	1	19.04	Конкурс	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
30-31-32-33-34	Изготовление книжки «Витаминная азбука»	5	26.04,3.05 17.05 24.05	Изготовление книжки	Ollfrkids.ru

Тематическое планирование 3 класс

п/п	Тема	Количество часов	Дата	Форма проведения занятий	ЦОР/ЭОР
1.	Введение	1	7.09		Ollfrkids.ru
2.	Практическая работа.	1	14.09	Практическая работа	Ollfrkids.ru
3.	Из чего состоит наша пища	1	21.09	Беседа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
4.	Практическая работа «меню сказочных героев»	1	28.09	Практическая работа	Ollfrkids.ru
5.	Что нужно есть в разное время года	1	5.10	Лекция	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
6.	Оформление дневника здоровья	1	12.10	Практическая работа	Ollfrkids.ru
7.	Выпуск стенгазеты о составе нашей пищи	1	19.10	Выпуск стенгазеты	Ollfrkids.ru
8.	Игра «В гостях у тетушки Припасихи»	1	26.10	Игра	Ollfrkids.ru
9.	Конкурс кулинаров	1	9.11	Конкурс	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
10.	Как правильно питаться, если занимаешься спортом	1	16.11	Беседа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
11.	Составление меню для спортсменов	1	23.11	Практическая работа	Ollfrkids.ru
12.	Оформление дневника «Мой день»	1	30.11	Оформление дневника «Мой день»	Ollfrkids.ru
13.	Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья»	1	7.12	Конкурс	Ollfrkids.ru
14.	Где и как готовят пищу	1	14.12	Беседа	Поваренок.ru

					Detskoe-menu.ru
15	Экскурсия в столовую.	1	21.12	Экскурсия	Ollfrkids.ru
16	Конкурс «Сказка, сказка, сказка».	1	28.12	Конкурс	Ollfrkids.ru
17	Как правильно накрыть стол.	1	11.01	Практическая работа	Ollfrkids.ru
18	Игра накрываем стол	1	18.01	Игра	Ollfrkids.ru
19	Молоко и молочные продукты	1	25.01	Конкурс рисунков	Ollfrkids.ru
20	Экскурсия на молокозавод	1	1.02	Экскурсия	Ollfrkids.ru
21	Игра-исследование «Это удивительное молоко»	1	8.02	Игра	Ollfrkids.ru
22	Молочное меню	1	15.02	Практика	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
23	Блюда из зерна	1	22.02	Практическая работа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
24	Путь от зерна к батону	1	29.02	Беседа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
25	Конкурс «Венок из пословиц»	1	7.03	Конкурс	Ollfrkids.ru
26	Игра – конкурс «Хлебопеки»	1	14.03	Игра	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
27	Выпуск стенгазеты	1	21.03	Выпуск стенгазеты	Ollfrkids.ru
28	Праздник «Хлеб всему голова»	1	4.04	Праздник	Ollfrkids.ru
29	Экскурсия на хлебкомбинат	1	11.04	Экскурсия	Ollfrkids.ru
30-31	Оформление проекта «Хлеб-всему голова»	2	18.04 25.04	Проект	Ollfrkids.ru
32-33-34	Игры, соревнования	3	2.05 16.05 23.05	Игры, соревнования	Ollfrkids.ru

Тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата	Форма проведения занятий	ЦОР/ЭОР
1.	Вводное занятие	1	7.09	Беседа	Ollfrkids.ru
2.	Какую пищу можно найти в лесу.	1	14.09	Лекция	Ollfrkids.ru
3.	Правила поведения в лесу	1	21.09	Беседа	Ollfrkids.ru
4.	Лекарственные растения	1	28.09	Экскурсия	Ollfrkids.ru
5.	Игра – приготовить из рыбы.	1	5.10	Игра	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
6.	Конкурсов рисунков « В подводном царстве»	1	12.10	Конкурс рисунков	Ollfrkids.ru
7.	Эстафета поваров	1	19.10	Игра	Ollfrkids.ru
8.	Конкурс половиц поговорок	1	26.10	Конкурс пословиц	Ollfrkids.ru
9.	Дары моря.	1	9.11	Конкурс рисунков	
10.	Экскурсия в магазин морепродуктов	1	16.11	Экскурсия	Ollfrkids.ru
11.	Оформление плаката «Обитатели моря»	1	23.11	Оформление плаката	Ollfrkids.ru
12.	Викторина « В гостях у Нептуна»	1	30.11	Викторина	Ollfrkids.ru
13.	Меню из морепродуктов	1	7.12	Практическая работа	Ollfrkids.ru
14.	Кулинарное путешествие по России.	1	14.12	Просмотр видеофильма	Ollfrkids.ru
15.	Традиционные блюда нашего края	1	21.12	Практическая работа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
16.	Практическая работа по составлению меню	1	28.12	Практическая работа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru

17.	Конкурс рисунков « Вкусный маршрут»	1	11.01	Конкурс	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
18.	Игра – проект «Кулинарный глобус»	1	18.01	Игра	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
19.	Праздник « Мы за чаем не скучаем»	1	25.01	Праздник	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
20.	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	1	1.02	Практическая работа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
21.	Составление недельного меню	1	8.02	Практическая работа	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
22.	Конкурс кулинарных рецептов	1	15.02	Конкурс	Поваренок.ru Detskoe-menu.ru
23.	Конкурс «На необитаемом острове»	1	22.02		Ollfrkids.ru
24.	Как правильно вести себя за столом	1	29.02	Практическая работа	Ollfrkids.ru
25.	Практическая работа	1	7.03	Практическая работа	Ollfrkids.ru
26-27-28	Изготовление книжки «Правила поведения за столом»	3	14.03 21.03 4.04	Изготовление книжки	Ollfrkids.ru
29	Накрываем праздничный стол	1	11.04	Практика	Ollfrkids.ru
30-31-32	Проект	3	18.04 25.04 2.05	Проект	Ollfrkids.ru
33-34	Подведение итогов	2	16.05 23.05	Выставка	Ollfrkids.ru