|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ростовская область Тацинский район станица Тацинская  Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  Тацинская средняя общеобразовательная школа № 2 | | |
| СОГЛАСОВАНО | СОГЛАСОВАНО | УТВЕРЖДАЮ |
| Протокол заседания МО | Заместитель директора | Директор школы \_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В. Колбасина |
| учителей начальных классов | по ВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ю.А. Гончарова | Приказ от 30.08.2018г № 177 |
| Руководитель МО \_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Н. Марченко | «29» августа 2018 г. |  |
| Протокол МО от 29.08.2018г № 1 |  |  |
|  |  |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности «Все о правильном питании», 1а,б классы

начальное общее образование

Количество часов: 33 часа, 1 час в неделю

Учитель: Зенцова Светлана Александровна

Программа внеурочной деятельности построена на основе авторской программы М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева, М.,

издательство «Нестле. Правильное питание»», 2013 год.

**2018-2019 уч. год**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Рабочая программа по внеурочной деятельности социального направления «Все о правильном питании» для учащихся 1 а, 1б классов составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (2009 г), авторской программы М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева, М., издательство «Нестле. Правильное питание»», 2013 год., основной образовательной программы начальной школы на 2018-2019 учебный год.

**ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА.**

Школа и общество – сообщающиеся сосуды: изменения в обществе обязательно отражаются в жизни школы, в приоритетах, требованиях к ученику, структуре и содержании образования. Одна из главных задач школы сегодня – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка.

Уникальной образовательной программой, отвечающей этим требованиям, является программа «Все о правильном питании». Поскольку питание является важнейшим фактором здоровья человека, программа «Разговор о правильном питании» не только формирует у ребенка рациональное отношение к собственному питанию, но и дает представление об основных принципах здорового образа жизни.

Обучение основам рационального питания должно отвечать принципу практической целесообразности, т.е. все сведения, сообщаемые ребенку, формируемые навыки поведения, должны быть полезны в повседневной жизни. Учащиеся должны иметь представление о продуктах, являющихся источниками витаминов, так как помогает понять – почему каждый день нужно есть фрукты или овощи, пить соки, молоко и т.д. Ученик может помогать маме на кухне, расставляя посуду на столе, и таким образом осваивать простейшие правила сервировки, т. е иметь получать реальное практическое значение.

Испокон веков основы культуры питания закладывались в семье. Здесь ребенок знакомился с традициями питания, здесь происходило формирование его вкусовых пристрастий, осваивались правила поведения за столом и т.д. К сожалению, сегодня роль семьи в этой сфере воспитании снижается. Из нашей жизни постепенно уходят традиции семейных застолий (ужин, когда вся семья собирается за столом, воскресные завтраки), нередко получается, что 5 раз в неделю ребенок завтракает, обедает, а то и ужинает вне дома – в школе или детском садике. Таким образом, семейное воспитание существенно дополняется и корректируется воспитанием в школьном коллективе. Обойтись без поддержки родителей в этой сфере воспитания школа, безусловно, не может. Формирование культуры питания – это всегда сотрудничество родителей и педагога. Поэтому одна из важнейших задач, стоящих перед педагогом, заключается в эффективном взаимодействии с родителями. Первый шаг на этом пути – сформировать у взрослых членов семьи понимание важности и значения правильного питания для здоровья ребенка и их собственного здоровья, расширить их осведомленность в этой области (вариантов много – лектории, клубы для родителей, выступление медиков, диетологов). Второй шаг – убедить родителей в практической пользе воспитательной работы, проводимой школой. И третий – не допустить неуважительного отношения к традициям питания в семье. Упоминаемые педагогом продукты, блюда должны быть доступны для семей с различным уровнем достатка, знакомы всем детям.

Обучение строится как игра, позволяющая проявить ребятам свою активность. Значение имеет и учет традиций питания – все рекомендуемые в программе блюда и правила питания являются традиционными для российской кухни.

**Содержание курса «Все о правильном питании» отвечает следующим принципам:**

* **возрастная адекватность** - соответствие используемых форм и методов обучения возрастным физиологическим и психологическим особенностям младших подростков;
* **научная обоснованность** - содержание комплекта базируется на данных исследований в области питания детей и подростков;
* **практическая целесообразность** - содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания подростков;
* **динамическое развитие и системность** - содержание комплекта цели и задачи обучения определялись с учетом тех сведений, оценочных суждений и поведенческих навыков, которые были сформированы у детей в результате изучения предыдущих модулей программы, учебные задачи всех тем взаимосвязаны друг с другом;
* **модульность структуры** – учебно-методический комплект может использоваться на базе образовательного учреждения
* **вовлеченность в реализацию** тем программы родителей учащихся;
* **культурологическая сообразность** – в содержании комплекта учитывались исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся отражением культуры народа;
* **социально-экономическая адекватность** – предлагаемые формы реализации программы не требуют использования дополнительных материальных средств, а рекомендации, которые даются в программе, доступны для реализации.

**В основу реализации программы положены ценностные ориентиры:**

– **Жизни** – признание человеческой жизни и существования живого в природе и материальном мире в целом как величайшей ценности.

– **Ценность** **человек**а как разумного существа, стремящегося к добру, самосовершенствованию и самореализации, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

– **Природа** как одна из важнейших основ здоровой и гармоничной жизни человека и общества.

– **Здоровый образ жизни** в единстве составляющих: здоровье физическое, психическое, духовно и социально-нравственное.

**Цель образовательной программы**

Формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

**Задачи образовательной программы**

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

* сформировать и развить представления подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, сформировать готовность заботиться и укреплять собственное здоровье;
* расширение знаний подростков о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности соблюдать эти правила;
* развития навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
* развития представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознания того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
* развития представления о социокультурных аспектах питания его связи с культурой и историей народа;
* пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширения знаний об истории и традициях своего народа, формирования чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
* развития творческих способностей, кругозора подростков, их интереса к познавательной деятельности;
* развития коммуникативных навыков у подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
* просвещение родителей в вопросах организации правильного питания подросткового возраста.

**В программу введены уроки регионального компонента:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **1а кл Дата** | | **1б кл Дата** | | **Тема урока** | **Региональный компонент** |
| **по плану** | **по факту** | **по плану** | **по факту** |
| 5 | 02.10 |  | 01.10 |  | Мой образ жизни. | Долгожители Дона. |
| 23 | 12.03 |  | 04.03 |  | Эмблема «Кулинарные праздники». | Кулинарные праздники ан Дону. |
| 28 | 30.04 |  | 2204 |  | Традиционные блюда русской кухни. | Традиционные блюда казаков. |
| 30 | 14.05 |  | 06.05 |  | Польза мёда. | Мёд в питании казаков. |

**Присутствие «регионального компонента»** в школьных программах как необходимая составляющая в образовании; знания, приобретенные по традиционной культуре региона, в будущем более чем востребованы и нужны, на изучение регионального компонента отводится 10 % процентов учебного времени.

Смысл внеурочной деятельности по технологии с использованием регионального компонента - в ознакомлении школьников с традициями и укладом жизни малой Родины, в развитии эстетических чувств детей, художественном познании мира, в развитии эмоциональной, нравственно-волевой сфер личности учащегося. В содержании общего среднего образования предусмотрен национально - региональный компонент, который позволяет организовать занятия, направленные на изучение природных, социокультурных, экономических особенностей региона, национальной литературы.

Воспитание этнической толерантности у школьников предполагает следующие аспекты:

- владение языком, что обеспечивает включение в собственную этническую общность, этнокультурную среду;

- освоение общечеловеческих ценностей, побуждение к активному взаимодействию с представителями других этносов;

- формирование навыков коммуникации; включение школьников в ситуации, обеспечивающие получение позитивного опыта межнациональных отношений.

-воспитание уважения к представителям различных национальностей, к особенностям национальных культур.

В качестве регионального компонента используются знания о традиционном здоровом и рациональном питании донских казаков.

***Основной целью*** являются: формирование у учащихся единого, ценностно-окрашенного образа мира как дома, своего собственного и общего для всех людей, для всего живого. Одна из задач национально-регионального компонента содержания образования заключается в воспитании нравственной позиции российского гражданина по отношению к родному краю: это должен быть не потребитель или пассивный наблюдатель, а хранитель и созидатель природы и культуры, понимающий и любящий свою “малую Родину”. Программа нацелена на формирование бережного отношения к богатствам природы и общества, навыков экологически и нравственно обоснованного поведения в природной и социальной среде.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ Результаты освоения учебного предмета**

***Личностные результаты освоения программы***

В результате освоения курса внеурочной деятельности «Все о правильном питании» у обучающегося сформируются:

* + - * проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания;
* овладение нормами и правилами правильного питания;
* готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания.

***Метапредметные результаты освоения программы***

**Регулятивные универсальные учебные действия**

Обучающийся научится:

* Самостоятельно выбирать тему проекта;
* Выдвигать версии решения проблемы, выбирать из предложенных и искать самостоятельно средства достижения цели;
* Составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта).
* Работая по плану, сверять свои действия с целью.

**Познавательные универсальные учебные действия**

Обучающийся научится:

* Анализировать, сравнивать, обобщать факты и явления;
* Осуществлять сравнение самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических действий;
* Строить логическое рассуждение;
* Преобразовывать информацию из одного вида в другой (таблицу в текст и пр.);
* Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации.

**Коммуникативные универсальные учебные действия**

Обучающийся научится:

* Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной. И ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
* учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
* формулировать собственное мнение и позицию;

Результатом работы является проведение выставок, изготовление плакатов.

**Работа с текстом: поиск информации и понимание прочитанного.**

*Обучающийся научится:*

* находить в тексте заданные конкретные сведения, факты;
* определять тему и главную мысль текста;
* упорядочивать информацию по заданному основанию;
* сравнивать между собой объекты, описанные в тексте, выделяя 2—3 существенных признака;
* понимать информацию, представленную разными способами: словесно, в виде таблицы;
* понимать текст;
* ориентироваться в соответствующих возрасту словарях и справочниках.

**Работа с текстом: преобразование и интерпретация информации.**

*Обучающийся научится:*

* пересказывать текст;
* формулировать несложные выводы;
* составлять на основании текста небольшое монологическое высказывание, отвечая на поставленный вопрос.

**Работа с текстом: оценка информаци*и****.*

*Обучающийся научится:*

* высказывать свою точку зрения о прочитанном тексте;
* оценивать содержание, определять место и роль иллюстративного ряда в тексте;
* на основе имеющихся знаний обнаруживать недостоверность получаемых сведений и находить пути восполнения этих пробелов;
* участвовать в учебном диалоге при обсуждении прочитанного или прослушанного текста.

**Знакомство со средствами ИКТ, гигиена работы с компьютером.**

*Обучающийся научится:*

* использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно­двигательного аппарата эргономичные приемы работы с компьютером и другими средствами ИКТ; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини­зарядку);
* организовывать систему папок для хранения собственной информации в компьютере.

**Обработка и поиск информации.**

*Обучающийся научится:*

* подбирать подходящий по содержанию и техническому качеству результат видеозаписи и фотографирования, использовать сменные носители (флэш-карты);
* описывать по определенному алгоритму объект или процесс наблюдения, записывать аудиовизуальную и числовую информацию о нем, используя инструменты ИКТ;
* собирать числовые данные в естественнонаучных наблюдениях и экспериментах, используя цифровые датчики, камеру, микрофон и другие средства ИКТ, а также в ходе опроса людей;
* редактировать тексты, последовательности изображений, слайды в соответствии с коммуникативной или учебной задачей, включая редактирование текста, цепочек изображений, видео‑ и аудиозаписей, фотоизображений;
* пользоваться основными функциями стандартного текстового редактора, использовать полуавтоматический орфографический контроль; использовать, добавлять и удалять ссылки в сообщениях разного вида; следовать основным правилам оформления текста;
* искать информацию в соответствующих возрасту цифровых словарях и справочниках, базах данных, контролируемом Интернете, системе поиска внутри компьютера; составлять список используемых информационных источников (в том числе с использованием ссылок);
* заполнять учебные базы данных.

**МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ.**

На изучение курса «Все о правильном питании» по плану внеурочной деятельности школы отводится 33 часа, 1 час в неделю. Согласно календарному учебному графику и расписанию внеурочных занятий на 2018-2019 учебный год в МБОУ Тацинская СОШ №2 курс реализуется в 1а, 1б классах за 32 часа. Учебный материал изучается в полном объёме.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА.**

**Вводное занятие - 1 час.**

Обобщить уже имеющиеся знания об основах рационального питания. Если хочешь быть здоров.

Раздел **Здоровье - это здорово – 4 часа.**

Из чего состоит наша пища. Полезные и вредные привычки питания. Самые полезные продукты. Мой образ жизни.

**Задачи:**

* Развивать у подростков представление о здоровье как одной из важнейших жизненных ценностей;
* Формировать представление о роли человека в сохранении и укреплении собственного здоровья;
* Развивать умение оценивать характер своего питания, его соответствие понятию «рациональное», «здоровое».

*Основные понятия:* здоровье, здоровый образ жизни, привычки, характер, поведение, правильное питание.

*Формы реализации темы:* самостоятельная работа учащихся, дискуссия, обсуждение.

**Раздел Энергия пищи – 3 часа.**

Калорийность продуктов. От чего зависит потребность в энергии. Движение и энергия.

**Задачи:**

* Формировать представление о пище как источнике энергии для организма, знакомить обучающихся с понятием «энергетическая ценность» пищи;
* Формировать представление об энергетической ценности различных продуктов питания;
* Развивать представление об адекватности питания, его соответствия весу, росту, возрасту, образу жизни человека;
* Расширять представление о том, как питание может повлиять на внешность человека

*Основные понятия*: калория, калорийность, энергия пищи, высококалорийные и низкокалорийные продукты.

*Формы реализации темы*: мини-лекция.

Раздел **Где и как мы едим – 5 часов.**

Где и как мы едим. Продукты для длительного похода или экскурсии.

**Задачи:**

* Продолжать развивать знания обучающихся о правилах гигиены питания, формировать готовность соблюдать правила гигиены во время еды вне дома;
* Развивать представление о структуре общественного питания;
* Расширять представление о преимуществах полноценного питания и вреде питания «всухомятку»;
* Формировать готовность соблюдать осторожность при использовании в пищу незнакомых продуктов. а также продуктов. которые могут быть испорчены.

*Основные понятия:* сфера общественного питания, гигиена питания, режим питания.

*Формы реализации темы*: самостоятельная работа учащихся, ролевая и ситуационная игра, работа в группах.

Раздел **Ты покупатель – 6 часов.**

Основные отделы магазина. Правила для покупателей. О чем рассказала упаковка.

**Задачи:**

* Расширять представления обучающихся о видах торговых предприятий, где могут быть приобретены продукты питания.
* Формировать знания о правах и обязанностях покупателя, поведении в сложных ситуациях, возникающих при совершении покупки.
* Формировать умения читать и использовать информацию, приведенную на упаковке продукта.

*Основные понятия:* покупатель, потребитель, торговля, права, обязанности.

*Формы реализации темы*: самостоятельная работа, работа в группах, ролевая игра.

Раздел **Кухни разных народов – 4 часа.**

Формировать представление о кулинарных традициях как части культуры народа. Питание и климат.

**Задачи:**

* Знакомить подростков с факторами, которые влияют на особенности национальных кухонь;
* Формировать представление о роли национальных кухонь в обеспечении полноценным питанием жителей той или иной местности;
* Развивать представление о том, как связаны национальные кулинарные традиции и культура народа;
* Формировать уважение и интерес к истории и культуре других народов.

*Основные понятия*: кулинарные традиции и обычаи, история кулинарии, культура.

*Формы реализации*: самостоятельная работа учащихся, работа в группах, мини-лекция.

Раздел **Кулинарная история – 4 часа.**

Как питались доисторические люди. Как питались в Древнем Египте. Как питались в Древней Греции и Риме. Как питались в Средневековье.

**Задачи:**

* Формировать представление об истории кулинарии как части истории культуры человечества;
* Расширять представление о традициях и культуре питания;
* Развивать кругозор обучающихся, их интерес к изучению истории;
* Развивать умение самостоятельно находить необходимую информацию, связанную с историческими событиями;
* Развивать интерес к чтению.

*Основные понятия*: история, культура, кулинария.

*Основные формы реализации*: самостоятельная работа, викторина.

Раздел  **Как питались на Руси и в России – 5 часов.**

Традиционные русские блюда. Русская каша. Хлеб – всему голова. Посуда на Руси.

**Задачи:**

* Расширять знания обучающихся об истории кулинарии, обычаях и традициях своей страны;
* Развивать представление о традициях и обычаях питания, способствующих сохранению и креплению здоровья;
* Формировать чувство гордости и уважения к истории и культуре своей страны, пробуждать интерес к её изучению;
* Развивать интерес к самостоятельной работе с информационными источниками.

*Основные понятия*: кулинария, кулинарные обычаи и традиции, культура, история.

*Формы реализации темы*: самостоятельная работа учащихся, творческий проект.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.**

**1 «а» класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Дата** | | **Раздел, тема урока, количество часов** | **Материально-техническое обеспечение** |
| **по плану** | **по факту** |
| **Вводное занятие 1 час** | | | | |
| 1 | 04.09 |  | Вводное занятие. Если хочешь быть здоров. | Видеоролик «Мы за ЗОЖ» |
|  |  |  | **Здоровье - это здорово. 4 часа.** |  |
| 2 | 11.09 |  | Из чего состоит наша пища. | Презентация «Здоровье» |
| 3 | 18.09 |  | Полезные и вредные привычки питания. | Памятки «10 правил здорового образа жизни» |
| 4 | 25.09 |  | Самые полезные продукты. | Рисунки |
| 5 | 02.10 |  | Мой образ жизни. | Таблица Режим дня |
| **Энергия пищи – 3 часа.** | | | | |
| 6 | 09.10 |  | Энергия пищи. | Таблица Энергетическая ценность пищи |
| 7 | 16.10 |  | Калорийность пищи. | Таблица Энергетическая ценность пищи |
| 8 | 23.10 |  | Твой режим питания. | Образцы меню |
| **Где и как мы едим – 5 часов.** | | | | |
| 9 | 13.11 |  | Щи да каша – пища наша. | Презентация «Здоровое питание» |
| 10 | 20.11 |  | Поговорим о фаст-фуде. | Памятка о вреде быстрого питания |
| 11 | 27.11 |  | Правила поведения в кафе. | Правила этикета |
| 12 | 04.12 |  | Ролевая игра «Кафе». | Раздаточные карточки |
| 13 | 11.12 |  | Мы не дружим с сухомяткой. | Творческие работы |
| **Ты покупатель – 6 часов.** | | | | |
| 14 | 18.12 |  | Где можно сделать покупку. | Рекламы товаров |
| 15 | 25.12 |  | Ты – покупатель. | Раздаточный материал |
| 16 | 15.01 |  | Сложные ситуации при покупке товара. | Справочный материал |
| 17 | 22.01 |  | Упаковка продуктов. | Упаковки продуктов |
| 18 | 29.01 |  | Правильное питания и здоровье человека. | Творческие работы |
| 19 | 05.02 |  | Где найти витамины зимой и весной. | Энергетическая ценность пищевых продуктов |
| **Кухни разных народов – 4 часа.** | | | | |
| 20 | 19.02 |  | Понятие «Национальная кухня». | Презентация Национальная кухня |
| 21 | 26.02 |  | Кулинарное путешествие. | Видео Кулинарное путешествие |
| 22 | 05.03 |  | Что готовили наши пробабушки. | Творческие работы |
| 23 | 12.03 |  | Эмблем «Кулинарные праздники». | Альбом, карандаши и т.д. |
| **Кулинарная история – 4 часа.** | | | | |
| 24 | 19.03 |  | Традиции и культура питания. | Презентация Традиции и культура питания. |
| 25 | 09.04 |  | Из чего варят каши. | Творческие работы |
| 26 | 16.04 |  | Как сделать кашу вкуснее. | Справочный материал |
| 27 | 23.04 |  | Современная кулинария. |  |
| **Как питались на Руси и в России – 5 часов.** | | | | |
| 28 | 30.04 |  | Традиционные блюда русской кухни. | Презентация Блюда русской кухни |
| 29 | 07.05 |  | Одно яблоко в день – и доктор за дверь. | Раздаточный материал |
| 30 | 14.05 |  | Польза мёда. | Справочный материал |
| 31 | 21.05 |  | Праздник русской картошки. | Рисунки, поделки |
| 32 | 24.05 |  | Оформление книжки – малышки «Рецепты моей бабушки». | Альбом, карандаши и т.д. |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.**

**1 «б» класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Дата** | | **Раздел, тема урока, количество часов** | **Материально-техническое обеспечение** |
| **по плану** | **по факту** |
| **Вводное занятие 1 час** | | | | |
| 1 | 03.09 |  | Вводное занятие. Если хочешь быть здоров. | Видеоролик «Мы за ЗОЖ» |
|  |  |  | **Здоровье - это здорово. 4 часа.** |  |
| 2 | 10.09 |  | Из чего состоит наша пища. | Презентация «Здоровье» |
| 3 | 17.09 |  | Полезные и вредные привычки питания. | Памятки «10 правил здорового образа жизни» |
| 4 | 24.09 |  | Самые полезные продукты. | Рисунки |
| 5 | 01.10 |  | Мой образ жизни. | Таблица Режим дня |
| **Энергия пищи – 3 часа.** | | | | |
| 6 | 08.10 |  | Энергия пищи. | Таблица Энергетическая ценность пищи |
| 7 | 15.10 |  | Калорийность пищи. | Таблица Энергетическая ценность пищи |
| 8 | 22.10 |  | Твой режим питания. | Образцы меню |
| **Где и как мы едим – 5 часов.** | | | | |
| 9 | 29.10 |  | Щи да каша – пища наша. | Презентация «Здоровое питание» |
| 10 | 12.11 |  | Поговорим о фаст-фуде. | Памятка о вреде быстрого питания |
| 11 | 19.11 |  | Правила поведения в кафе. | Правила этикета |
| 12 | 26.11 |  | Ролевая игра «Кафе». | Раздаточные карточки |
| 13 | 03.12 |  | Мы не дружим с сухомяткой. | Творческие работы |
| **Ты покупатель – 6 часов.** | | | | |
| 14 | 10.12 |  | Где можно сделать покупку. | Рекламы товаров |
| 15 | 17.12 |  | Ты – покупатель. | Раздаточный материал |
| 16 | 24.12 |  | Сложные ситуации при покупке товара. | Справочный материал |
| 17 | 14.01 |  | Упаковка продуктов. | Упаковки продуктов |
| 18 | 21.01 |  | Правильное питания и здоровье человека. | Творческие работы |
| 19 | 28.01 |  | Где найти витамины зимой и весной. | Энергетическая ценность пищевых продуктов |
| **Кухни разных народов – 4 часа.** | | | | |
| 20 | 04.02 |  | Понятие «Национальная кухня». | Презентация Национальная кухня |
| 21 | 18.02 |  | Кулинарное путешествие. | Видео Кулинарное путешествие |
| 22 | 25.02 |  | Что готовили наши пробабушки. | Творческие работы |
| 23 | 04.03 |  | Эмблем «Кулинарные праздники». | Альбом, карандаши и т.д. |
| **Кулинарная история – 4 часа.** | | | | |
| 24 | 11.03 |  | Традиции и культура питания. | Презентация Традиции и культура питания. |
| 25 | 18.03 |  | Из чего варят каши. | Творческие работы |
| 26 | 08.04 |  | Как сделать кашу вкуснее. | Справочный материал |
| 27 | 15.04 |  | Современная кулинария. |  |
| **Как питались на Руси и в России – 5 часов.** | | | | |
| 28 | 22.04 |  | Традиционные блюда русской кухни. | Презентация Блюда русской кухни |
| 29 | 29.04 |  | Одно яблоко в день – и доктор за дверь. | Раздаточный материал |
| 30 | 06.05 |  | Польза мёда. | Справочный материал |
| 31 | 13.05 |  | Праздник русской картошки. | Рисунки, поделки |
| 32 | 20.05 |  | Оформление книжки – малышки «Рецепты моей бабушки». | Альбом, карандаши и т.д. |