



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА НОВОСИБИРСКА

ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ № 82
«РАЗВИТИЕ»

Выпуска из ООП НОО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»
(для обучающихся 1-4 классов)

Разработала
Вальтер Елена Владимировна
Учитель начальных классов

Новосибирск, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика курса внеурочной деятельности
3. Результаты курса внеурочной деятельности
4. Методическое обеспечение программы
5. Календарно-тематическое планирование
6. Список рекомендуемой литературы.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «**Разговор о здоровье и правильном питании**» составлена в соответствии с ФГОС НОО (М.М. Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова. М: Абрис, 2019. — 80 с.)

Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Содействие здоровому образу жизни, создание условий для активизации субъективной позиции ребенка, формирование культуры питания, готовность поддерживать свое здоровье в оптимальном состоянии – одна из первоочередных задач процесса воспитания. Только систематическая работа в данном направлении может помочь изменить вкусовые пристрастия, постепенно усовершенствовать структуру питания, научить детей делать сознательный выбор в пользу полезных блюд, здорового питания.

Одна из основных задач учебного процесса – это сохранение здоровья детей, формирование у школьников потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение мотивации к этому.

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

Целью программы является формирование у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья. Пищевые привычки формируются с детства, у взрослого человека их очень сложно изменить, поэтому так важно сформировать у детей правильное пищевое поведение. Понимание младшими школьниками важности правильного питания может стать эффективным способом профилактики и предупреждения неинфекционных заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

- 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 здорового питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми практических навыков здорового питания;
- информирование школьников 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 детей, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций программы воспитания МАОУ ЦО «Развитие». Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие обучающегося.

Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания;
- в возможности комплектования разновозрастных групп для организации социально-значимой совместной деятельности школьников, воспитательное значение которых отмечается в программе воспитания;
- в высокой степени самостоятельности школьников в совместной социально-значимой деятельности, что является важным компонентом воспитания ответственного гражданина своей страны;
- в ориентации школьников на подчеркиваемую программой воспитания социальную значимость реализуемой ими деятельности;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлеченность в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на ее основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчеркивается программой воспитания.

Программа **«Разговор о здоровье и 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 полноценного питания, расширение представлений о многообразии фруктов и овощей.

Используемые формы и методы реализации программы **«Разговор о здоровье и правильном питании»** носят игровой характер, что наиболее соответствует возрастным особенностям детей, обеспечивает условия для активного включения их в процесс обучения. Задания ориентированы на творческую работу ребенка самостоятельную или в коллективе.

Формы проведения занятий обучающихся в соответствии с данной программой следующие:

- сюжетно-ролевые игры,
- экскурсии,
- практические работы,
- выполнение самостоятельных заданий,
- игры, конкурсы и викторины,
- мини-проекты, беседы,
- просмотр видеофильмов,
- совместная работа с родителями
- встречи с интересными людьми

В ходе изучения программы 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.

Одно из важнейших условий эффективного проведения программы — поддержка родителей. Поэтому в **«Разговор о здоровье и правильном питании»** часть заданий ориентирована на совместную деятельность детей и взрослых. Родители также участвуют в подготовке и проведении различных мероприятий — праздников, конкурсов, викторин, создании проектов.

Новизна программы заключается в учёте традиций питания, активном вовлечении в работу родителей.

Место курса в учебном плане

Важность преподавания курса внеурочной деятельности **«Разговор о здоровье и правильном питании»** для младших школьников подчеркивается тем, что он осуществляется в рамках программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, рекомендованного для внеурочной деятельности новым стандартом.

Программа **«Разговор о**

здоровье и правильном питании» изучается с 1 по 4 класс по 1 часа в неделю:

- 1 класс -33 часа,
- 2 класс – 34 часа,
- 3 класс – 34 часа,
- 4 класс – 34 часа в год.

Для занятий используются рабочие тетради «Разговор о правильном питании» и «Две недели в лагере здоровья».

1 КЛАСС (первый год обучения)

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 полезные продукты.	Работа в тетрадях, сюжетно-ролевые игры, экскурсии в магазин.
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.

2 КЛАСС (второй год обучения)

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 тетрадах, 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 тетрадах. Ролевые игры. Игра – демонстрация «Из чего готовят соки»
8. Разнообразное питание.	Беседа «Что надо есть, чтобы стать сильнее». Высококалорийные продукты.	Работа в тетрадах, 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.	Поле чудес «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		Отчет о проделанной

ИТОГОВ.		работе.
---------	--	---------

3 КЛАСС

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 из продуктов, получаемых из зерна.	Ролевые игры. Конкурс «Хлебопеки». Праздник «Хлеб всему голова».
9. Проект «Хлеб всему голова»		

10. Творческий отчет.		
11. Подведение итогов.		Отчет о проделанной работе.

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. «Моёнедельное 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 тетрадах. 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		

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты изучения курса характеризуют готовность обучающихся руководствоваться традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и должны отражать приобретение первоначального опыта деятельности обучающихся в части:

Гражданско-патриотического воспитания:

пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа.

Духовно-нравственного воспитания:

Формируется умение высказывать под руководством педагога самые простые этические нормы;

Эстетического воспитания:

Формируется уважительное отношение к культуре питания.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

Формируется ориентация на здоровый образ жизни;

Трудового воспитания:

развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;

развивать умение анализировать полученную информацию.

Экологического воспитания:

Ценности научного познания:

развитие кругозора, интереса к познавательной деятельности;

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные учебные действия:

- осуществление поиска необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые);
- 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.

Универсальные коммуникативные учебные действия:

- использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач;
- построение монологического высказывания
- владение диалогической формой коммуникации, используя, в том числе, и инструменты ИКТ;
- формулирование собственного мнения;
- умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- умение учитывать разные мнения и понимание возможности существования у людей различных точек зрения;
- умение ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.

Универсальные регулятивные учебные действия:

- 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;
- принятие установленных правил в планировании и контроль способа решения;
- осуществление итогового и пошагового контроля по результату;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в выполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- знание детей об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в рационе питания;
 - 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.

1 класс

К концу обучения в 1 классе обучающийся научится:

- соблюдать правила и основы рационального питания, понимать необходимость соблюдения гигиены питания;
- навыкам правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- определять полезные продукты питания;
- соблюдать режим дня, понимать важность употребления в пищу разнообразных продуктов, готовить простейшие витаминные салаты;
- выращивать зелень в горшочках.

2 класс

К концу обучения во 2 классе обучающийся научится:

- соблюдать правила и основы рационального питания;
 - понимать необходимость соблюдения гигиены питания;
 - разбираться в полезных продуктах питания, в структуре ежедневного рациона питания;
 - рассказывать об ассортименте наиболее типичных продуктов питания и об особенностях питания в летний и зимний периоды; причинах, вызывающих изменение в рационе питания;
 - рассказывать о группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме.
- Полученные знания позволят детям ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные, дети смогут оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия, требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной

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

3 класс

К концу обучения в 3 классе обучающийся научится:

- рассказывать об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах, вызывающих изменение в рационе питания;
- навыкам самостоятельной оценки своего рациона с учётом собственной физической активности;
- самостоятельно выбирать продукты, в которых содержится наибольшее количество питательных веществ и витаминов.

4 класс К концу обучения в 4 классе обучающийся научится:

- рассказывать об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме;
- навыкам, связанным с этикетом в области питания;
- уметь самостоятельно оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личной активности, корректировать несоответствия

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	
1.	Вводное занятие. Если хочешь быть здоров	1	Знакомство с программой . Беседа.	Экскурсия в столовую.	https://www.prav-pit.ru/digital-school https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
2.	Из чего состоит наша пища	1	Беседа « Какие продукты полезны и необходимы человеку». Учимся выбирать самые полезные продукты.		https://www.prav-pit.ru/digital-school
3.	Полезные и вредные привычки питания	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
4.	Самые полезные продукты	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
5.	Как правильно есть (гигиена питания)	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
6.	Удивительное превращение пирожка	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school

7.	Твой режим питания	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
8.	Из чего варят каши	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
9.	Как сделать кашу вкусной	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
10.	Плох обед, коли хлеба нет	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
11.	Хлеб всему голова	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
12.	Полдник	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
13.	Время есть булочки	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
14.	Пора ужинать	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
15.	Почему полезно есть рыбу	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
16.	Мясо и мясные блюда	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
17.	Где найти витамины зимой и весной	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
18.	Всякому овощу – свое время	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
19.	Как утолить жажду	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
20.	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school

21.	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
22.	На вкус и цвет товарищей нет	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
23.	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
24.	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
25.	Каждому овощу – свое время	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
26.	Народные праздники, их меню	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
27.	Народные праздники, их меню	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
28.	Как правильно накрыть стол.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
29.	Когда человек начал пользоваться вилкой и ножом	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
30.	Щи да каша – пища наша	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
31.	Что готовили наши прабабушки.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation

32.	Игра «Здоровое питание – отличное настроение»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
33.	Подведение итогов.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33			

2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	
1.	Вводное занятие. Повторение правил питания.	1	Знакомство с программой . Беседа.	Экскурсия в столовую.	https://www.prav-pit.ru/digital-school
2.	Путешествие по улице правильного питания.	1	Беседа « Какие продукты полезны и необходимы человеку». Учимся выбирать самые полезные продукты.		https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
3.	Время есть булочки.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
4.	Оформление плаката молоко и молочные	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation

	продукты.				
5.	Конкурс-викторина «Знатоки молока».	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
6.	Изготовление книжки-самodelки «Кладовая народной мудрости»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
7.	Пора ужинать	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
8.	Практическая работа: «Как приготовить бутерброды»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
9.	Составление меню для ужина.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
10.	Значение витаминов в жизни человека.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
11.	Практическая работа. Значение витаминов в жизни человека.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
12.	Морепродукты.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
13.	«На вкус и цвет	1			https://www.prav-pit.ru/digital-

	товарища нет»				school
14.	Отгадай мелодию. «На вкус и цвет товарища нет»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
15.	Практическая работа «Из чего приготовлен сок?»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
16.	Как утолить жажду	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
17.	Игра «Посещение музея воды»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
18.	Праздник чая	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
19.	Что надо есть, чтобы стать сильнее	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
20.	Практическая работа «Меню спортсмена»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
21.	Практическая работа «Мой день»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
22.	Овощи, ягоды и фрукты - витаминные	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation

	продукты				
23.	Практическая работа «Изготовление витаминного салата»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
24.	Поле чудес «Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
25.	Оформление плаката «Витаминная страна»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
26.	Посадка лука.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
27.	Каждому овощу свое время.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
28.	Инсценирование сказки «Вершки и корешки».	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
29.	Конкурс «Овощной ресторан»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
30.	Изготовление	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation

	книжки «Витаминная азбука»				on
31.	Игра: «Наше питание»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
32.	Творческий отчет. «Реклама овощей».	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
33.	Творческий отчет. Фрукты и овощи.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
34.	Подведение итогов.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33			

3 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теоретические занятия	Практически е занятия	
1.	Вводное занятие. Давайте познакомимся!	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
2.	Викторина «Поле чудес».	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation

3.	Из чего состоит наша пища	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
4.	Игра «Меню сказочных героев»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
5.	Что нужно есть в разное время года	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
6.	Оформление дневника здоровья	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
7.	Выпуск стенгазеты о составе нашей пищи	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
8.	Игра «В гостях у тетюшки Припасихи»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
9.	Конкурс кулинаров	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
10.	Как правильно питаться, если занимаешься спортом	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
11.	Составление меню для спортсменов	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
12.	Оформление дневника «Мой день»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
13.	Конкурс «Мама,	1			https://www.prav-pit.ru/digital-

	папа, я – спортивная семья»				school
14.	Где и как готовят пищу	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
15.	Экскурсия в столовую.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
16.	Конкурс «Сказка, сказка, сказка».	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
17.	Как правильно накрыть стол.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
18.	Игра накрываем стол	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
19.	Молоко и молочные продукты	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
20.	Конкурс рисунков «Столовая будущего».	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
21.	Игра-исследование «Это удивительное молоко»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
22.	Молочное меню	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation

23.	Блюда из зерна	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
24.	Путь от зерна к батону	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
25.	Конкурс «Венок из пословиц»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
26.	Игра – конкурс «Хлебопеки»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
27.	К.И.Чуковский «Федорино горе».	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
28.	Праздник «Хлеб всему голова»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
29.	Повар – профессия древняя.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
30.	Конкур поделок из соленого теста «Хлебопеки».	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
31.	Оформление проекта «Хлеб-всему голова»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
32.	Творческий отчет.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
33.	Интерактивная экскурсия в музей	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school

	правильного питания. Из истории кухонной утвари.				
34.	Подведение итогов.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33			
4 класс					
№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	
1.	Вводное занятие	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
2.	Какую пищу можно найти в лесу.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
3.	Правила поведения в лесу	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
4.	Лекарственные растения	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
5.	Игра – приготовить из рыбы.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
6.	Конкурсов	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation

	рисунков» В подводном царстве»				pit.ru/teachers/materials/presentation
7.	Эстафета поваров	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
8.	Конкурс половиц поговорок	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
9.	Дары моря.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
10.	Интерактивная экскурсия в магазин морепродуктов	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
11.	Оформление плаката «Обитатели моря»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
12.	Викторина «В гостях у Нептуна»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
13.	Меню из морепродуктов	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
14.	Кулинарное путешествие по России.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
15.	Традиционные блюда нашего края	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
16.	Практическая	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation

	работа по составлению меню				pit.ru/teachers/materials/presentati on
17.	Конкурс рисунков «Вкусный маршрут»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
18.	Мини-проект «Съедобная азбука».	1			<a href="https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentati
on">https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentati on
19.	Праздник Мы за чаем не скучаем»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
20.	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	1			<a href="https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentati
on">https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentati on
21.	Составление недельного меню	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
22.	Конкурс кулинарных рецептов	1			<a href="https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentati
on">https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentati on
23.	Конкурс «На необитаемом острове»	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
24.	Как правильно вести себя за столом	1			<a href="https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentati
on">https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentati on
25.	Практическая работа «Поделки из макарон».	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school

26.	Изготовление книжки «Правила поведения за столом»	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
27.	Накрываем праздничный стол	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
28.	Накрываем праздничный стол	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
29.	Блюда из картошки.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
30.	Этикет.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
31.	Итоговый тест по курсу «Разговор о правильном питании».	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
32.	Праздник жителей города здоровья. Творческий отчет	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation
33.	Викторина по изученным темам.	1			https://www.prav-pit.ru/digital-school
34.	Подведение итогов.	1			https://www.prav-pit.ru/teachers/materials/presentation

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34			
--	----	--	--	--