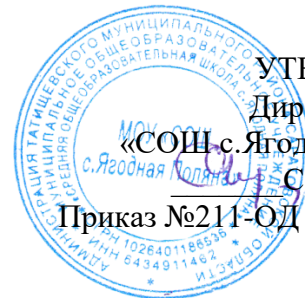


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
С. ЯГОДНАЯ ПОЛЯНА»**

Педагогический совет
Протокол №1 от 31.08.2023



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ
«СОШ с.Ягодная Поляна»
С.М.Чикунова
Приказ №214-ОД от 31.08.2023

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»**

Направленность: социально-гуманитарная
Срок реализации программы: осенние каникулы
Адресат программы: 7-11 лет

Автор-составитель:
Фадеева Вера Николаевна
педагог дополнительного образования

с.Ягодная Поляна, 2023год

Содержание:

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи	6
1.3. Планируемые результаты	8
1.4. Содержание программы	11
1.4.1 Учебный план	11
1.4.2. Содержание учебного плана	14
1.5. Формы подведения итогов реализации программы	15
2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1. Методическое обеспечение	16
2.2. Условия реализации программы	16
2.3. Список литературы	17
Приложения	18

1. **Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

1.1. **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности «Разговор о правильном питании» разработана с учетом:

1. Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепции развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. 1726-р);
3. Национального проекта «Образование», утвержденного президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 г. № 10);
4. Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
6. Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242 о направлении «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
7. Правил ПФДО (Приказ «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования в Саратовской области» от 21.05.2019г. №1077, п.51.);
8. Устава ОУ, «Положения о дополнительной общеразвивающей программе МОУ «СОШ с. Ягодная Поляна».

Актуальность создания программы

Актуальность и практическая значимость формирования основ здорового образа жизни у детей обусловлена увеличением количества детей и подростков, имеющих заболевания ЖКТ. Данная программа предусматривает пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным 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. Она способствует внедрению в массы правил питания, его рационального использование в семье; получению знаний о сбалансированности питания и соблюдения режима питания; формированию личностной позиции учащихся по

сохранению и укреплению здоровья; осознанию каждым человеком социальной значимости его здоровья.

В системе общечеловеческих ценностей, которыми должно овладеть подрастающее поколение, основополагающее место уделяется здоровью. Сбережение здоровья обучающихся как один из ведущих принципов государственной политики раскрывается в Федеральном законе №273 «Об образовании в Российской Федерации». Жизнь и здоровье человека рассматриваются в нем в качестве приоритетных направлений деятельности государства. Таким образом, создание условий для поддержания здоровья в оптимальном состоянии, содействие здоровому образу жизни школьников – одна из первоочередных задач процесса воспитания подрастающего поколения.

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия человека, основной фактор, определяющий эффективность обучения, т. к. только здоровый ребёнок способен успешно и полностью овладеть школьной программой. Одним из методов решения проблемы формирования ЗОЖ является работа образовательных учреждений в данном направлении.

Педагогическая целесообразность программы

Снижение уровня показателей здоровья – актуальная проблема современного общества. Её решение включает в себя множество аспектов: социальный, экологический, экономический и т.д. Одно из ведущих мест среди них занимает культурный аспект, связанный с формированием у подрастающего поколения ценностного отношения к собственному здоровью. Одним из составляющих здоровья является культура питания, т. к. правильное питание – один из «краеугольных камней», на котором базируется здоровье и жизнь человека. Важную роль в реализации этой задачи играет программа «Разговор о правильном питании».

Новизна данной общеобразовательной общеразвивающей программы

Отличительные особенности программы

Программа «Разговор о правильном питании» построена по принципу нарастания объёма изученного материала. Отличительными особенностями данной программы следует считать непрерывность обучения младших школьников правилам питания в течение всего периода обучения в начальной школе; взаимодействие с социальной средой, учет возрастных и индивидуальных особенностей учащихся. Преимущество программы заключается в том, что её материал носит практико-ориентированный характер и актуален для детей. Всё, что они узнают и чему учатся на занятиях, применимо в школе, дома и в гостях уже сегодня.

Для выполнения задач формирования правильного питания необходимо довести до сведения каждого ребенка важность соблюдения режима питания. Курс «Разговор о правильном питании» предполагает активное участие и максимальное вовлечение детей начальных классов в поисковую работу, в отработку знаний, навыков в определении продуктов правильного питания,

понятий о витаминном составе продуктов, целесообразности трёхразового полноценного питания, расширение представлений о многообразии фруктов и овощей своего региона.

Одно из важнейших условий эффективного проведения занятий — 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.

Основными формами реализации программы являются игровая деятельность, что наиболее соответствует возрастным особенностям детей и проектно-исследовательская работа. Для организации процесса обучения используются различные типы игр (ролевые, ситуационные), создание проектов, проведение мини-тренингов, дискуссий. Большое значение уделяется самостоятельной творческой деятельности школьников. Таким образом, программа имеет большую практическую направленность.

Главным в работе с детьми по проблемам здоровья является формирование уважительного отношения к законам питания. Педагог должен обращать внимание обучающихся на то, что безоговорочное выполнение правил - это условие сохранения жизни и здоровья. Особое внимание в воспитательном процессе следует уделить моделированию ситуаций с практической деятельностью и игровым формам для лучшего усвоения и закрепления полученных знаний и навыков.

1.2. Цель и задачи реализации программы

Цель программы: создание условий для формирования у обучающихся основ культуры питания, как главного компонента здорового образа жизни.

Задачи программы:

- способствовать формированию у школьников представления о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, развивать готовность заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формировать знания о правилах рационального питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- способствовать освоению детьми практических навыков рационального питания;
- совершенствовать навыки этикета, являющиеся неотъемлемой частью общей культуры личности;
- пробуждать у детей интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширять знания о традициях и культуре своего народа и других народов;
- развивать познавательные, творческие и коммуникативные способности детей, расширять их интересы и кругозор;
- способствовать просвещению родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Образовательные:

1. Формирование универсальных учебных действий по предмету.
2. Овладение учащимися знаниями теории и практики культуры питания.
3. Формирование навыков индивидуального и коллективного творчества.
4. Подготовка к участию в различных викторинах, конкурсах, марафонах. Выявление способных и талантливых ребят.
5. Использование новейших электронных и компьютерных технологий для изучения, получения учащимися необходимой информации и ее преобразованию. применению.

Развивающие:

1. Развитие у учеников инициативы, логики, памяти, внимания, пространственного мышления, индивидуальности, самообладания, самостоятельности, эстетического вкуса и понимания важности здоровья человека, здорового образа жизни.
2. Развитие мотивации личности к познанию и творчеству.
3. Развитие личностного потенциала.
4. Развитие коммуникативных навыков и качеств личности.
5. Формирование навыков здорового образа жизни.
6. Развитие качеств «сильной личности», уверенности в себе.

Воспитательные:

1. Воспитание общекультурных компетенций: умение применять на практике полученные знания теории, умения и навыки здорового питания.

2. Воспитание и развитие интереса учащихся к собственному здоровью, к самостоятельной работе и творчеству.
3. Формирование высоконравственного, творческого и компетентного гражданина России.
4. Формирование социально-нравственных и культурных ценностей человека.

Возраст детей и их психологические особенности:

По данной программе обучаются дети 7-11 лет. Программа предназначена для обучающихся начальной школы без предъявления требований к уровню их подготовки.

Режим занятий:

Продолжительность обучения 1 год (34ч.). Программа предусматривает занятия 1 раз в неделю по 1 часу (всего 34 часа).

Формы и методы проведения занятий очень разнообразны:

- тематические занятия
- беседы
- конкурсы
- соревнования
- викторины на лучшее знание правил дорожного движения
- настольные, дидактические, ролевые и подвижные игры
- экскурсии
- демонстрация фильмов и видеороликов
- практикумы

В процессе обучения правилам здорового питания не обойтись без бесед. Чтобы не наскучить детям постоянными указаниями на необходимость строгого соблюдения правил, лучше строить беседу на разборе конкретного примера (как это случилось, кто был виноват, могло ли этого не быть). Если педагог использует анализ неправильного поведения, то он должен быть всесторонним и глубоким. Надо проанализировать, как и почему, подвести учащихся к мысли о закономерности несчастного случая, заболевания для тех, кто постоянно нарушает правила.

Для успешной реализации программы используются различные методические разработки и наглядные пособия.

1.3. Планируемые результаты

На занятиях по дополнительной общеразвивающей программе «Разговор о правильном питании» учащиеся **получат знания:**

- о правилах и основах рационального питания,
- о необходимости соблюдения гигиены питания;
- о полезных продуктах питания;
- о структуре ежедневного рациона питания;
- об ассортименте наиболее типичных продуктов питания;
- об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в рационе питания;
- об основных 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. Они 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.

Знания, умения и навыки, полученные учащимися на первом году обучения по программе «Разговор о правильном питании», расширяются в последующие годы обучения. Дается дополнительный материал, обучение связывается с наблюдениями самих учеников на примерах из повседневной жизни.

Формирование универсальных учебных действий

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

- 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:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- 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;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- 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.

Способы определения результативности

Предполагается использование следующих методов отслеживания (диагностики) результативности овладения обучающимися содержанием программы:

1. Педагогическое наблюдение;
2. Педагогический анализ результатов тестирования, опросов, выполнения обучающимися диагностических заданий, участия в мероприятиях, защиты проектов, решения задач поискового характера, активности обучающихся на занятиях.
3. Мониторинг: устный опрос, решение практических задач, решение кроссвордов и анаграмм, мини-исследования.

Подведение итогов по результатам освоения материалов данной программы может происходить в виде:

- анкетирования и тестирования;
- выполнения творческих заданий;
- защиты творческих проектов;
- выставки творческих работ по различным темам;
- результатов участия в конкурсах, фестивалях и т.д.

Форма подведения итогов (итоговая аттестация): тестирование, праздник на тему: «Если хочешь быть здоров!».

Система оценивания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Разговор о правильном питании» предполагает вовлечение обучающихся в процесс оценивания, включая самооценку и взаимооценивание.

1.4. Содержание программы

1.4.1 Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
	Раздел 1. Разнообразие питания	4	2	2	
1	Если хочешь быть здоров!	1	1	-	Индивидуальный опрос
2-3	Питание в семье. Оформление плаката «Любимые продукты»	2	1	1	Фронтальный опрос Индивидуальный опрос Практическая работа
4	Экскурсия в столовую.	1	-	1	Практическая работа
	Раздел 2. Самые полезные продукты.	4	2	2	
5-6	Полезные продукты. Виртуальная экскурсия в магазин.	2	1	1	Фронтальный опрос Практическая работа
7	Полезные продукты. Оформление дневника.	1	-	1	Фронтальный опрос Практическая работа
8	Полезные продукты. Тестирование «Самые полезные продукты».	1	1	-	Тестирование
	Раздел 3. Правила питания.	6	3	3	
9-10	Правила питания. Работа с дневником правильного питания.	2	1	1	Индивидуальный опрос Практическая работа
11	Правила питания. Гигиена питания.	1	1	-	Индивидуальный опрос

					Фронтальная беседа
12-13	Удивительное превращение пирожка.	2	1	1	Практическая работа
14	Практическое занятие «Законы питания». Оформление плаката правильного питания.	1	-	1	Индивидуальный опрос Практическая работа
	Раздел 4. Режим питания.	3	2	1	
15	Режим питания школьника.	1	1	-	Индивидуальный опрос
16	Практическая работа «Удивительное превращение пирожка».	1	-	1	Практическая работа
17	Тестирование по теме "Режим питания».	1	1	-	Тестирование
	Раздел 5. Завтрак.	5	2	3	
18-19	Из чего варят кашу. Разнообразие каш для завтрака.	2	1	1	Индивидуальный опрос Практическая работа
20	Составление меню для завтрака.	1	-	1	Практическая работа
21	Каша в русских народных сказках.	1	-	1	Практическая работа
22	Конкурс «Самая вкусная, полезная каша».	1	1	-	Индивидуальный опрос
	Раздел 6. Роль хлеба в питании детей.	6	3	3	
23	«Плох обед, если хлеба нет». Виртуальная экскурсия на хлебопекарню.	1	1	-	Индивидуальный опрос Фронтальная беседа
24	«Плох обед, если хлеба нет». Виртуальная экскурсия в булочную.	1	1	-	Индивидуальный опрос Фронтальная беседа
25	Секреты обеда. Составление меню обеда.	1	-	1	Практическая работа
26	Практическая работа "Советы Хозяйшки».	1	-	1	Индивидуальный опрос
					Практическая работа

27	Выставка «Хлеб всему голова».	1	-	1	Практическая работа
28	Праздник хлеба.	1	-	1	
	Раздел 7. Проектная деятельность. Подведение итогов.	5	4	1	
29	Брейн-ринг «О правильном питании».	1	1	-	Соревнование
30-31	Выполнение проектов по теме «Плох обед, если хлеба нет». Защита проектов.	2	1	1	Практическая работа
32	Подведение итогов обучения. Викторина «О правильном питании».	1	1	-	Мониторинг Фронтальная беседа
33-34	Праздник «Если хочешь быть здоров!»	2	1	1	
ИТОГО:		34	17	17	

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА
ПРОГРАММЫ «РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»
4 КЛАСС
(34 часа)**

В программе предусматривается определенная последовательность прохождения тем. Занятия состоят из теоретической и практической частей. Содержание программы отвечает следующим принципам: научной обоснованности и практической целесообразности; возрастной адекватности; модульности программы; системности; вовлеченности семьи в реализацию программы; культурологической сообразности – в содержании программы отражены исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся частью культуры народов России и других стран.

Раздел 1. Разнообразие питания.

Теория: Знакомство с программой курса. Питание в семье.

Практика: Экскурсия в столовую. Оформление плаката любимые продукты и блюда.

Раздел 2. Самые полезные продукты.

Теория: Полезные продукты.

Практика: Экскурсия в магазин. Оформление дневника. Проведение тестирования «Самые полезные продукты».

Раздел 3. Правила питания.

Теория: Правила питания. Гигиена питания. Удивительное превращение пирожка.

Практика: Работа с дневником правильного питания. Практическое занятие «Законы питания». Оформление плаката правильного питания.

Раздел 4. Режим питания.

Теория: Режим питания школьника.

Практика: Практическая работа «Удивительное превращение пирожка». Тестирование по теме "Режим питания».

Раздел 5. Завтрак.

Теория: Из чего варят кашу. Разнообразие каш для завтрака.

Практика: Составление меню для завтрака. Конкурс «Самая вкусная, полезная каша». Каша в русских народных сказках.

Раздел 6. Роль хлеба в питании детей.

Теория: «Плох обед, если хлеба нет». Виртуальная экскурсия на хлебопекарню, в булочную. Секреты обеда.

Практика: Составление меню обеда. Практическая работа "Советы Хозяйюшки». Изготовление поделок для выставки «Хлеб всему голова». Проведение «Праздника хлеба».

Раздел 7. Проектная деятельность. Подведение итогов.

Теория: Брейн-ринг.

Практика: Выполнение проектов по теме «Плох обед, если хлеба нет». Защита проектов. Викторина «О правильном питании». Праздник «Если хочешь
быть
здоров!»

1.5. Формы подведения итогов реализации программы

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов осуществляется в виде текущего, промежуточного и итогового контроля. Текущий контроль осуществляется на каждом занятии. По мере накопления детьми знаний и опыта игры, преподавателем проводятся викторины, марафоны, квесты и брейн-ринги как особая форма оценки результатов освоения материала

Формами промежуточного и итогового контроля являются конкурсы среди обучающихся на решение задач или нахождение комбинаций, составление текста, выбор ответа или развернутый ответ на вопросы по правильному питанию.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

Методы обучения: для повышения интереса к занятиям и успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения занятий, используется показ видеоматериалов, метод рассуждений, эвристические беседы, в которые вовлекается детская аудитория.

Методы воспитания: убеждение, поощрение в случае хороших результатов и правильно выбранного вектора духовного развития, мотивация к самостоятельным занятиям, поиску информации и обмену знаниями и умениями.

2.2 Условия реализации программы

Санитарно-гигиенические требования

Занятия проводятся в просторном помещении, соответствующем требованиям техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет хорошо освещается и периодически проветривается.

Материально-техническое обеспечение

Сведения о помещении, в котором проводятся занятия: учебный кабинет.

Перечень оборудования учебного кабинета: доска, учебные столы и стулья, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов, компьютер, мультимедийный проектор, мультимедийная доска, принтер.

Информационное обеспечение

Сайт «Разговор о правильном питании» является важным образовательным инструментом при реализации программы: www.prav-pit.ru. Сайт содержит:

Для учителей

Подраздел «Методические материалы»

Учебно-методический комплект.

Электронный конструктор, который поможет подготовить презентацию, раздаточный материал и провести занятие по любой теме программы.

Презентации и конспекты к каждой из тем программы.

Обучающие видео «Здоровье — это здорово», в которых герои видеороликов интересно и весело расскажут о правильном питании и здоровом образе жизни.

Методическая библиотека.

Онлайн тесты «Две недели в лагере здоровья».

Образовательная игра «Формула правильного питания».

Для учителей, родителей и детей

Подраздел «Конкурсы»: международный конкурс «О правильном питании»,

кулинарный конкурс, онлайн фотоконкурс «Воспитываем здоровых и счастливых».

Кулинарная студия, в которой размещено 10 видеоуроков, демонстрирующих приготовление вкусных и полезных блюд.

Игра «Город здоровья». В «Городе здоровья» размещено пять интерактивных зон – Школа, Кафе, Стадион, Вернисаж, Музей.

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования.

2.3. Список литературы

Литература для педагога:

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. Верзилин Н. Путешествие с домашними растениями.-Л., 1974, 200с.
4. Кондова С.Н.Что готовить, когда мамы нет дома М., 1990, 185с.
5. Ладодо К.С Продукты и блюда в детском питании. М.,1991, 190с.
6. Похлёбкин В.В. История важнейших пищевых продуктов.М., 2000
7. Справочник по детской диетике. М.1977., 340с.
8. Этикет и сервировка праздничного стола. М., 2002. 400с.

Для детей и родителей:

1. 1 Безруких М. М. и др.Разговор о здоровье и правильном питании: Рабочая тетрадь/М. М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А. Филиппова. —М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014.
2. Верзилин. Н . Путешествие с комнатными растениями Л., 1974,254с
3. Кондова С. Н. Что готовить, когда мамы нет дома. М.,1990, 185.
 4. Огуреева Г.Н. Краткий атлас – справочник грибника и ягодника. М., Издательство АСТ, 2001с.

Ресурсы Интернет, информационно-справочные и поисковые системы

1. Информационный портал Реализация Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.273-фз.пф>.
2. Единый национальный портал дополнительного образования детей. —URL: <http://dop.edu.ru/home/53>
3. Дополнительное образование. Социальная сеть работников образования. URL:<https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie>
4. Учительский портал – Международное сообщество учителей. — URL:<https://www.uchportal.ru>
5. Сайт программы «Разговор о правильном питании»: www.prav-pit.ru.
6. Платформа «Домашний Разговор о правильном питании»: <https://www.prav-pit.ru/teachers/about>

7. Видеоуроки «Домашний Разговор о
правильном питании»: <https://www.prav-pit.ru/homeschooling>

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
4 КЛАСС (34 часа)**

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		всего	план	факт
Раздел 1. Разнообразие питания (4ч.)				
1	Если хочешь быть здоров!	1		
2-3	Питание в семье. Оформление плаката «Любимые продукты»	2		
4	Экскурсия в столовую.	1		
Раздел 2. Самые полезные продукты. (4ч.)				
5-6	Полезные продукты. Виртуальная экскурсия в магазин.	2		
7	Полезные продукты. Оформление дневника.	1		
8	Полезные продукты. Тестирование «Самые полезные продукты».	1		
Раздел 3. Правила питания. (6ч.)				
9-10	Правила питания. Работа с дневником правильного питания.	2		
11	Правила питания. Гигиена питания.	1		
12-13	Удивительное превращение пирожка.	2		
14	Практическое занятие «Законы питания». Оформление плаката правильного питания.	1		
Раздел 4. Режим питания. (3ч.)				
15	Режим питания школьника.	1		
16	Практическая работа «Удивительное превращение пирожка».	1		
17	Тестирование по теме "Режим питания».	1		
Раздел 5. Завтрак. (5ч.)				
18-19	Из чего варят кашу. Разнообразие каш для завтрака.	2		
20	Составление меню для завтрака.	1		
21	Каша в русских народных сказках.	1		
22	Конкурс «Самая вкусная, полезная каша».	1		
Раздел 6. Роль хлеба в питании детей. (6ч.)				
23	«Плох обед, если хлеба нет». Виртуальная экскурсия на хлебопекарню.	1		
24	«Плох обед, если хлеба нет». Виртуальная экскурсия в булочную.	1		
25	Секреты обеда. Составление меню обеда.	1		
26	Практическая работа "Советы Хозяйшки».	1		
27	Выставка «Хлеб всему голова».	1		
28	Праздник хлеба.	1		
Раздел 7. Проектная деятельность. Подведение итогов. (5ч.)				
29	Брейн-ринг «О правильном питании».	1		
30-31	Выполнение проектов по теме «Плох обед, если хлеба нет». Защита проектов.	2		
32	Викторина «О правильном питании».	1		
33-34	Праздник «Если хочешь быть здоров!»	2		
ИТОГО:		34		