

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Администрация муниципального образования «Муниципальный округ Якшур-Бодьинский район Удмуртской Республики»

МБОУ Чуровская СОШ

РАССМОТРЕНО

на заседании МС школы

Протокол № 1

«30» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

_____Коробейникова И.Н.

«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

_____Пантюхина Г.Н.

Приказ № 290 от 30.08.2024 года

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

«Азбука правильного питания»

2024 – 2025 учебный год

с. Чур

Содержание курса внеурочной деятельности «Азбука правильного питания»

Программа «Азбука правильного питания» предназначена для формирования у детей основных представлений и навыков рационального питания, связанных с соблюдением режима, правил гигиены, умением выбирать полезные продукты и блюда.

Внеурочные занятия помогут решать задачи эмоционального, творческого, литературного, интеллектуального развития ребёнка, а также проблемы нравственно-этического воспитания, так как чтение для ребёнка — и труд, и творчество, и новые открытия, и удовольствие, и самовоспитание.

Программа курса отвечает возрастным особенностям учащихся: любознательности, активности, информированности, коммуникабельности, способности к творчеству и предрасположенности к коллективной деятельности.

Программа 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.

Преимуществом занятий внеурочной деятельности с основным курсом позволяет от класса к классу проводить системную работу. Программа способствует овладению детьми универсальными учебными действиями (познавательными, коммуникативными, регулятивными, личностными) и читательскими умениями.

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.

1 класс (33 ч)

Тема 1. Если хочешь быть здоров (4 ч)

Ценности здоровья. Значение правильного питания. Влияние употребления различных продуктов питания на здоровье человека.

Тема 2. Самые полезные продукты (5 ч)

Значимость употребления в пищу полезных продуктов, продукты ежедневного рациона; продукты, которые нужно есть иногда.

Тема 3. Как правильно есть (5ч)

Правилах гигиены питания, важность их соблюдения. Характеристика основных правил здорового питания.

Тема 4. Удивительное превращение пирожка (4ч)

Режим питания школьника, примерная схема питания школьника.

Тема 5. Из чего варят кашу (4ч)

Разнообразие круп, меню для завтрака.

Тема 6. Плох обед если хлеба нет(10ч)

Меню обеда. Участие в творческих конкурсах и викторинах. Изготовление поделок, выполнение рисунков к выставке по теме «Хлеб всему голова». Выполнение проекта.

2 класс (34 ч)

Тема 1. Вводное занятие (1ч)

Ценность здоровья, значение правильного питания.

Тема 2. Полдник. Время есть булочки (4ч)

Влияние употребления различных продуктов питания на здоровье человека; правила здорового питания, оформление плаката, изготовление книжки-самоделки.

Тема 3. Пора ужинать (4ч)

Продукты ежедневного рациона; продукты, которые нужно есть часто; продукты, которые нужно есть иногда. Составление меню, объясняют выбор продуктов и блюд.

Тема 4. Где найти витамины весной (4ч)

Витамины, значение витаминов. Различные виды витаминов. Влияние употребления различных продуктов питания на здоровье человека.

Тема 5. Как утолить жажду (4ч)

Продукты изготовленные из молока. Разнообразие фруктов, ягод, их значением для организма. Роль напитков из ягод в правильном питании. Праздник чая.

Тема 6. Что надо есть, что бы стать сильнее (4ч)

Регулярность питания для здоровья. Требования к режиму питания. Влияние употребления различных продуктов питания на здоровье человека.

Тема 7. Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты (14ч)

Оформление плаката. Роль лука в здоровом питании. Посадка лука. Конкурс «Овощной ресторан. Создание проект книжки «Витаминная азбука».

3 класс (34 ч)

Тема 1. Вводное занятие (1ч)

Ценность здоровья, значение правильного питания.

Тема 2. Из чего состоит наша пища (3ч)

Питательные вещества, содержащиеся в продуктах. Характеристика питательные вещества.

Тема 3. Что нужно есть в разное время года (5ч)

Продукты ежедневного рациона; продукты, которые нужно есть часто; продукты, которые нужно есть иногда. Составление меню в зависимости от времени года.

Тема 4. Как правильно питаться, если занимаешься спортом (4ч)

Различные виды спорта, правильное питание спортсменов. Меню для спортсменов.

Тема 5. Где и как готовят пищу (3ч)

Знакомятся с различными способами приготовления пищи.

Тема 6. Как правильно накрыть стол (2ч)

Правила сервировки стола. Требования к сервировке стола.

Тема 7. Молоко и молочные продукты (4ч)

Влияние употребления молочных продуктов питания на здоровье человека.

Тема 8. Блюда из зерна (13ч)

Влияние употребления продуктов из зерна на здоровье человека. Создание газеты. Участие в конкурсах, викторинах. Понятие «диета», расширение представлений о пользе и вреде диет. Создание проекта «Хлеб – всему голова».

4 класс (34 ч)

Тема 1. Вводное занятие (1ч)

Ценность здоровья, значение правильного питания.

Тема 2. Какую пищу можно найти в лесу (3ч)

Правила поведения в лесу. Пища, которую можно найти в лесу. Классификация даров леса. Питательные вещества, содержащиеся в грибах, ягодах.

Тема 3. Дары моря (9ч)

Морепродукты. Классификация морепродуктов. Питательные вещества, содержащиеся в рыбе.

Тема 4. Кулинарное путешествие по России (6ч)

Народы, населяющих Россию, их культура, традиции питания. Проект «Кулинарный глобус».

Тема 5. Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен (4ч)

Особенности приготовления пищи с ограниченным количеством продуктов.

Тема 6. Как правильно вести себя за столом (12ч)

Правила сервировки стола, о правила поведения за столом. Требования к сервировке стола. Правила хранения и переработки пищевых продуктов, о причины пищевых отравлений и их профилактики. Оформление плаката по правилам гигиены питания. Проект книжки «Правила поведения за столом».

Планируемые результаты

В результате освоения программы формируются умения, соответствующие требованиям федерального государственного

образовательного стандарта начального общего образования.

Предметные умения:

- осознавать значимость правильного питания для личного здоровья;
- формировать потребность в правильном питании;
- уметь самостоятельно выбирать интересующую литературу по правильному питанию;
- пользоваться справочными источниками для понимания и получения дополнительной информации.

Регулятивные умения:

- уметь работать с предложенным материалом, пользуясь алгоритмом учебных действий;
- уметь самостоятельно работать с меню;
- уметь работать в парах и группах, участвовать в проектной деятельности, сюжетно-ролевых играх;
- уметь определять свою роль в общей работе и оценивать свои результаты.

Познавательные учебные умения:

- прогнозировать содержание меню, используя ингредиенты, предназначенные для составления блюд;
- отбирать блюда в меню по возрасту, физической активности;
- составлять краткие аннотации к меню;
- пользоваться словарями, справочниками, энциклопедиями.

Коммуникативные учебные умения:

- участвовать в беседе по пройденному материалу, выражать своё мнение и аргументировать свою точку зрения;
- оценивать поведение героев в сюжетно-ролевых играх с точки зрения морали, формировать свою этическую позицию;
- высказывать своё суждение об оформлении и структуре меню;
- соблюдать правила общения и поведения в школе, библиотеке, дома и т. д.

Универсальные учебные действия:

- выбирать продукты, в которых содержится наибольшее количество питательных веществ и витаминов;
- сравнивать меню по наличию в блюдах питательных веществ (белков, жиров, углеводов);
- формулировать и высказывать своё мнение по соблюдению и выполнению гигиены питания;
- характеризовать свой рацион с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личной активности;
- овладевать правилами поведения в общественных местах.

Тематическое планирование

1 класс

Номер занятия	Тема занятий	Форма организации	Виды деятельности
1.	Если хочешь быть здоров	Практическая работа, беседа	Выявлять знания о понятии «правильное питание». Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать.
2.	Из чего состоит наша пища	Практическая работа, беседа	Формировать умение слушать и слышать. Оценивать весомость приводимых доказательств и рассуждений. Анализировать нашу пищу
3.	Полезные и вредные привычки	Практическая работа, беседа	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции. Различать вредные и полезные привычки, уметь аргументировать свой ответ
4.	Самые полезные продукты	Практическая работа, беседа	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
5.	Как правильно есть (гигиена питания)	Практическая работа, беседа	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
6.	Удивительное превращение пирожка	Практическая работа, беседа	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
7.	Твой режим питания	Практическая работа, беседа	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
8.	Из чего варят каши	Практическая работа, беседа	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
9.	Как сделать кашу вкусной	Практическая работа, беседа	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)

10.	Плох обед, коли хлеба нет	Практическая работа, беседа	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
11.	Хлеб всему голова	Практическая работа, беседа	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
12.	Полдник	Практическая работа, беседа	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
13.	Время есть булочки	Практическая работа, беседа	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
14.	Пора ужинать	Практическая работа, беседа	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
15.	Почему полезно есть рыбу	Практическая работа, беседа	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
16.	Мясо и мясные блюда	Практическая работа, беседа	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
17.	Где найти витамины зимой и весной	Практическая работа, беседа	Формировать умение слушать и слышать. Оценивать весомость приводимых доказательств и рассуждений. Анализировать нашу пищу
18.	Всякому овощу – свое время	Практическая работа, беседа	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции. Различать вредные и полезные привычки, уметь аргументировать свой ответ
19.	Как утолить жажду	Практическая работа, беседа	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)

20.	Что надо есть – если хочешь стать сильнее	Практическая работа, беседа	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
21.	Что надо есть – если хочешь стать сильнее	Практическая работа, беседа	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
22.	На вкус и цвет товарищей нет	Практическая работа, беседа	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
23.	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	Практическая работа, беседа	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
24.	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	Практическая работа, беседа	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
25.	Каждому овощу – свое время	Практическая работа, беседа	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
26.	Народные праздники, их меню	Практическая работа, беседа	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
27.	Народные праздники, их меню	Практическая работа, беседа	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
28.	Как правильно накрыть стол.	Практическая работа, беседа	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
29.	Когда человек начал пользоваться вилкой и ножом	Практическая работа, беседа	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)

30.	Щи да каша – пища наша	Практическая работа, беседа	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
31.	Что готовили наши прабабушки.	Практическая работа, беседа	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
32.	Итоговое занятие «Здоровое питание – отличное настроение»	Практическая работа, беседа	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
33.	Праздник урожая	Практическая работа, беседа	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы

**Тематическое планирование
2 класс**

Номер занятия	Тема занятий	Форма организации	Виды деятельности
1	Вводное занятие. Повторение правил питания.	Работа в паре	Выявлять знания о понятии «правильное питание». Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать.
2	Путешествие по улице правильного питания.	Игра – путешествие	Формировать умение слушать и слышать. Оценивать весомость приводимых доказательств и рассуждений. Анализировать нашу пищу
3	Время есть булочки.	Фронтальная	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
4	Оформление плаката молоко и молочные продукты.	Работа в группе	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки

			объекта, относящие его к определенному классу (виду)
5	Конкурс, викторина знатоки молока.	Викторина	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
6	Изготовление книжки-самоделки «Кладовая народной мудрости»	Работа в паре	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
7	Пора ужинать	Фронтальная	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
8	Как приготовить бутерброды	Практическая работа	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
9	Составление меню для ужина.	Фронтальная, индивидуальная	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
10	Значение витаминов в жизни человека.	Фронтальная	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
11	Витаминная азбука	Викторина	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
12	Морепродукты.	Фронтальная	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
13	Отгадай мелодию.	Фронтальная	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
14	«На вкус и цвет товарища нет»	Фронтальная	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
15	«Из чего приготовлен сок?»	Практическая	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать

		работа	умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
16	Как утолить жажду	Групповая	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
17	«Посещение музея воды»	Фронтальная	Формировать умение слушать и слышать. Оценивать весомость приводимых доказательств и рассуждений. Анализировать нашу пищу
18	Праздник чая	Работа в паре	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции. Различать вредные и полезные привычки, уметь аргументировать свой ответ
19	Что надо есть, что бы стать сильнее	Фронтальная	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
20	«Меню спортсмена»	Практическая работа	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
21	«Мой день»	Практическая работа	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
22	Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты	Фронтальная	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
23	«Изготовление витаминного салата»	Практическая работа	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
24	«Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты»	Викторина	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
25	Оформление плаката «Витаминная страна»	Фронтальная	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).

26	Посадка лука.	Фронтальная	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
27	Каждому овощу свое время.	Фронтальная	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
28	Инсценирование сказки вершки и корешки	Групповая	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
29	Конкурс «Овощной ресторан»	Фронтальная	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
30	Изготовление книжки «Витаминная азбука»	Работа в паре	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
31	Изготовление книжки «Витаминная азбука»	Работа в паре	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
32	Проект	Работа в группе	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
33	Проект	Работа в группе	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
34	Подведение итогов. Творческий отчет «Реклама овощей».	Фронтальная	Выявлять знания о понятии «правильное питание». Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать.

Тематическое планирование

3 класс

Номер занятия	Тема занятий	Виды деятельности	Форма организации
1.	Введение	Учебный диалог.	Выявлять знания о понятии «правильное питание». Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать.
2.	Практическая работа.	Учебный диалог. Практическая работа.	Формировать умение слушать и слышать. Оценивать весомость приводимых доказательств и рассуждений. Анализировать нашу пищу
3.	Из чего состоит наша пища	Учебный диалог. Работа в парах и группах	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции. Различать вредные и полезные привычки, уметь аргументировать свой ответ
4.	«Меню сказочных героев»	Учебный диалог. Практическая работа.	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
5.	Что нужно есть в разное время года	Учебный диалог. Практическая работа.	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
6.	Оформление дневника здоровья	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
7.	Выпуск стенгазеты о составе нашей пищи	Учебный диалог. Практическая работа.	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
8.	Игра «В гостях у тетушки Припасихи»	Учебный диалог. Игра-путешествие	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
9.	Конкурс кулинаров	Учебный диалог. Практическая	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений;

		работа.	Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
10.	Как правильно питаться, если занимаешься спортом	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
11.	Составление меню для спортсменов	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
12.	Оформление дневника «Мой день»	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
13.	Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья»	Учебный диалог. Конкурсная программа	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
14.	Где и как готовят пищу	Учебный диалог. Практическая работа.	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
15.	Экскурсия в столовую.	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
16.	Конкурс «Сказка, сказка, сказка».	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
17.	Как правильно накрыть стол.	Учебный диалог. Практическая работа.	Формировать умение слушать и слышать. Оценивать весомость приводимых доказательств и рассуждений. Анализировать нашу пищу
18.	Игра «Накрываем стол»	Учебный диалог. Ролевая игра	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции. Различать вредные и полезные привычки,

			уметь аргументировать свой ответ
19.	Молоко и молочные продукты	Учебный диалог. Практическая работа.	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
20.	Экскурсия на молокозавод	Учебный диалог. Работа в парах и группах	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
21.	Игра-исследование «Это удивительное молоко»	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
22.	Молочное меню	Учебный диалог. Практическая работа.	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
23.	Блюда из зерна	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
24.	Путь от зерна к батону	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
25.	Конкурс «Венок из пословиц»	Учебный диалог. Работа в парах и группах	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
26.	Игра – конкурс «Хлебопеки»	Учебный диалог. Практическая работа.	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
27.	Выпуск стенгазеты	Учебный диалог. Практическая работа.	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
28.	Выпуск стенгазеты	Учебный диалог. Практическая	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать

		работа.	с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
29.	Праздник «Хлеб всему голова»	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
30.	Экскурсия на хлебозавод.	Учебный диалог. Практическая работа.	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
31.	Оформление проекта «Хлеб-всему голова»	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
32.	Оформление проекта «Хлеб-всему голова»	Учебный диалог. Практическая работа.	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
33.	Оформление проекта «Хлеб-всему голова»	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
34.	Подведение итогов	Учебный диалог. Практическая работа.	Выявлять знания о понятии «правильное питание». Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать.

Тематическое планирование

4 класс

Номер занятия	Тема занятий	Форма организации	Виды деятельности
1.	Вводное занятие	Учебный диалог.	Выявлять знания о понятии «правильное питание». Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать.
2.	Какую пищу можно найти в	Учебный диалог.	Формировать умение слушать и слышать. Оценивать весомость

	лесу.	Практическая работа.	приводимых доказательств и рассуждений. Анализировать нашу пищу
3.	Правила поведения в лесу	Учебный диалог. Работа в парах и группах	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции. Различать вредные и полезные привычки, уметь аргументировать свой ответ
4.	Лекарственные растения	Учебный диалог. Практическая работа.	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
5.	Игра – приготовить из рыбы.	Учебный диалог. Практическая работа.	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.
6.	Конкурс рисунков «В подводном царстве»	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
7.	Эстафета поваров	Учебный диалог. Практическая работа.	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
8.	Конкурс половиц поговорок	Учебный диалог.	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
9.	Дары моря.	Учебный диалог. Практическая работа.	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
10.	Экскурсия в магазин морепродуктов	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
11.	Оформление плаката «	Учебный диалог.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко

	Обитатели моря»	Практическая работа.	обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
12.	Викторина « В гостях у Нептуна»	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
13.	Меню из морепродуктов	Учебный диалог. Конкурсная программа	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
14.	Кулинарное путешествие по России.	Учебный диалог. Практическая работа.	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
15.	Традиционные блюда нашего края	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
16.	Практическая работа по составлению меню	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
17.	Конкурс рисунков « Вкусный маршрут»	Учебный диалог. Практическая работа.	Формировать умение слушать и слышать. Оценивать весомость приводимых доказательств и рассуждений. Анализировать нашу пищу
18.	Игра – проект « Кулинарный глобус»	Учебный диалог. Ролевая игра	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции. Различать вредные и полезные привычки, уметь аргументировать свой ответ
19.	Праздник « Мы за чаем не скучаем»	Учебный диалог. Практическая работа.	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
20.	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	Учебный диалог. Работа в парах и группах	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.

21.	Составление недельного меню	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
22.	Конкурс кулинарных рецептов	Учебный диалог. Практическая работа.	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
23.	Конкурс « На необитаемом острове»	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
24.	Как правильно вести себя за столом	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
25.	Практическая работа	Учебный диалог. Работа в парах и группах	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
26.	Изготовление книжки «Правила поведения за столом»	Учебный диалог. Практическая работа.	Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей).
27.	Изготовление книжки «Правила поведения за столом»	Учебный диалог. Практическая работа.	Проверять информацию, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу; характеризовать качества, признаки объекта, относящие его к определенному классу (виду)
28.	Накрываем праздничный стол	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
29.	Проект	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
30.	Проект	Учебный диалог. Практическая работа.	Формулировать знания о гигиене питания. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции.

		работа.	
31.	Проект	Учебный диалог. Практическая работа.	Выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать выбор. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей)
32.	Проект	Учебный диалог. Практическая работа.	Выполнять задачи, не имеющие однозначного решения. Анализировать собственную работу: соотносить план и совершенные операции
33.	Подведение итогов	Учебный диалог. Практическая работа.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать. Оценивать (сравнивать с эталоном) результаты деятельности (чужой, своей). Использовать алгоритм самостоятельной работы
34.	Подведение итогов	Учебный диалог. Практическая работа.	Выявлять знания о понятии «правильное питание». Удерживать цель деятельности до получения ее результата. Формировать умение слушать и слышать.