

**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

«31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

Коробейникова И.Н.

«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Пантюхина Г.Н.

Приказ № 197 от «31» августа 2023г

## **Рабочая программа**

курса внеурочной деятельности

«Азбука правильного питания» 1-4 класс

2023 – 2024 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**

<b>Номер занятия</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Форма организации</b>	<b>Виды деятельности</b>
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.

### ЭОР/ЦОР

<https://infourok.ru/elektronnnoe-posobie-dlya-nachalnoj-shkoly-azbuka-pravilnogo-pitaniya-4920861.html?ysclid=Int0fmkre071829881>

<https://www.prav-pit.ru/digital-school>