

**Календарно-тематическое планирование кружка
«Разговор о правильном питании» 1-й год обучения.**

№ п/п	Тема	Формы организации занятий	Теория	Практика	Дата по плану	Дата по факту
1-2	Если хочешь быть здоров	просмотр презентации	1		06.09	
3-4	Самые полезные продукты.	просмотр презентации	2		13.09	
5	Всякому овощу своё место	просмотр презентации	1		04.10	
6	Как правильно есть	просмотр презентации	1		11.10	
7	Как правильно есть	выполнение теста, фотографий		1	18.10	
8	Удивительные превращения пирожка.	просмотр презентации	1		25.10	
9	Удивительные превращения пирожка	выполнение теста, рисунков		1	08.11	
10	Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной	просмотр презентации	1		15.11	
11	Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной	выполнение теста		1	22.11	
12	Плох обед, если хлеба нет	просмотр презентации	1		29.11	
13	Плох обед, если хлеба нет	выполнение теста		1	06.12	
14	Время есть булочки	просмотр презентации	1		13.12	
15	Время есть булочки	выполнение рисунков,		1	20.12	
16	Пора ужинать	просмотр презентации		1	27.12	
17	Пора ужинать	инсценирование,		1	10.01	

18	На вкус и цвет товарищей нет	просмотр презентации		1	17.01	
19	На вкус и цвет товарищей нет	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	24.01	
20	Как утолить жажду	просмотр презентации	1		31.01	
21	Как утолить жажду	выполнение теста		1	07.02	
22	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	просмотр презентации		1	21.02	
23	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	выполнение теста, рисунков		1	28.02	
24	Где найти витамины весной	просмотр презентации		1	06.03	
25	Где найти витамины весной	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	13.03	
26	Где найти витамины весной	просмотр презентации		1	20.03	
27	Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты.	просмотр презентации		1	03.04	
28	Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты.	выполнение теста, рисунков		1	10.04	
29	Всякому фрукту – своё время	просмотр презентации	1		17.04	
30	Всякому фрукту – своё время	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	08.05	
31	День рождения Зелибобы. Проверь себя.	просмотр презентации		1	15.05	
32		инсценирование		1	22.05	
33		просмотр презентации	1	1		

			12	21	34	34
--	--	--	-----------	-----------	-----------	-----------

Всего - 33 часа, 12 часов – теория, 21 час – практика.

**Календарно-тематическое планирование кружка
«Разговор о правильном питании» 2-й год обучения.**

	Тема	Формы организации занятий	Теория	Практика	Дата по плану	Дата по факту
1	Вводное занятие	Беседа, просмотр презентации	1		04.09	
2	Давайте познакомимся!	инсценирование,		1	11.09	
3	Из чего состоит наша пища	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	18.09	
4	Дневник здоровья. Пищевая тарелка	просмотр презентации	1		25.09	
5	Что нужно есть в разное время года	выполнение теста, рисунков		1	02.10	
6	Меню жаркого летнего дня и холодного зимнего дня	просмотр презентации		1	09.10	
7	Меню жаркого летнего дня и холодного зимнего дня	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	16.10	
8	Как правильно питаться, если занимаешься спортом.	Беседа, просмотр презентации	1		23.10	
9	«Пищевая тарелка спортсмена»	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	06.11	
10	Где и как готовят пищу	просмотр презентации	1		13.11	
11	Где и как готовят пищу	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	20.11	

12	Где и как готовят пищу	выполнение рисунков, фотографий		1	27.11	
13	Как правильно накрыть стол	Беседа, просмотр презентации		1	04.12	
14	Как правильно накрыть стол (практикум)	Игра		1	11.12	
15	Молоко и молочные продукты	просмотр презентации		1	18.12	
16	Молоко и молочные продукты	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	25.12	
17	Кто работает на ферме	просмотр презентации	1		15.01	
18	Блюда из зерна	просмотр презентации		1	22.01	
19	Блюда из зерна	выполнение теста, рисунков		1	29.01	
20	Блюда из зерна	выполнение теста, рисунков		1	05.02	
21	Какую пищу можно найти в лесу.	просмотр презентации	1		12.02	
22	Какую пищу можно найти в лесу.	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	19.02	
23	Какую пищу можно найти в лесу. Экскурсия в лес.	Прогулка		1	26.02	
24	Что и как приготовить из рыбы	просмотр презентации	1		04.03	
25	Что и как приготовить из рыбы	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	11.03	
26	Дары моря	просмотр презентации		1	18.03	

27	Дары моря	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	01.04	
28	Кулинарное путешествие по России	просмотр презентации	1		08.04	
29	Кулинарное путешествие по России	выполнение теста, рисунков, фотографий. Игра		1	15.04	
30	Кулинарное путешествие по России	просмотр презентации		1	22.04	
31	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	просмотр презентации	1		29.04	
32	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	06.05	
33	Как правильно вести себя за столом	просмотр презентации	1		13.05	
34	Как правильно вести себя за столом	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	20.05	
			10	24	34	34

Всего - 34 часа, 10 часов – теория, 24 час – практика.

**Календарно-тематическое планирование кружка
«Разговор о правильном питании» 3-й год обучения**

№ п/п	Тема	Форма организации занятий	Теория	Практика	Дата по плану	Дата по факту
1	Вводное занятие		1		05.09	
2	Здоровье – это здорово! Основные понятия о здоровье.	Беседа, просмотр презентации	1		12.09	

	Цветик-семицветик.					
3	От каких факторов зависит здоровье?	просмотр презентации	1		19.09	
4	Черты характера и здоровье	беседа		1	26.09	
5	Привычки и здоровье	просмотр презентации		1	03.10	
6	Мой ЗОЖ	просмотр презентации	1		10.10	
7	Мой ЗОЖ	Проект «Мой режим дня»		1	17.10	
8	Продукты разные нужны, разные блюда важны. «Пирамида питания».	просмотр презентации		1	24.10	
9	Рациональное, сбалансированное питание.	просмотр презентации		1	07.11	
10	«Белковый круг»	просмотр презентации		1	14.11	
11	«Жировой круг»	просмотр презентации		1	21.11	
12	Мой рацион питания «Минеральный круг»	просмотр презентации		1	28.11	
13	Умейте правильно питаться. Пищевые вещества, их роль в питании и здоровье школьников.	проект	1		05.12	
14	Режим питания. «Пищевая тарелка»	Проект «Моя пищевая тарелка»		1	12.12	
15	Витамины и минеральные вещества	просмотр презентации	1		19.12	
16	Витамины и минеральные вещества	выполнение теста, рисунков		1	26.12	
17	Влияние воды на обмен веществ.	просмотр		1	09.01	

	Напитки и настои для здоровья.	презентации				
18	Энергия пищи. Источники «строительного материала».	просмотр презентации	1		16.01	
19	Энергия пищи. Источники «строительного материала».	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	23.01	
20	Игра «Что? Где? Когда?»	Игра		1	30.01	
21	Роль пищевых волокон на организм человека	просмотр презентации	1		06.02	
22	Роль пищевых волокон на организм человека	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	13.02	
23	Где и как мы едим	просмотр презентации		1	20.02	
24	Где и как мы едим	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	27.02	
25	«Фастфуды»	беседа, просмотр презентации		1	05.03	
26	Где и как мы едим. Правила гигиены	просмотр презентации	1		12.03	
27	Где и как мы едим. Правила гигиены	выполнение теста, рисунков		1	19.03	
28	Меню для похода.	просмотр презентации	1		02.04	
29	Меню для похода.			1	09.04	
30	Ты - покупатель	беседа, просмотр презентации		1	16.04	
31	Срок хранения продуктов		1		23.04	
32	Пищевые отравления, их предупреждение	беседа, просмотр презентации	1		30.04	

33	Ты – покупатель. Права потребителя.	беседа, просмотр презентации	1		07.05	
34	Ты – покупатель. Правила вежливости	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	14.05	
			13	21	34	34

Всего – 34 часа, 13 – теория, 21 - практика

**Календарно – тематическое планирование кружка
«Разговор о правильном питании» 4-й год обучения**

№ п/п	Тема	Форма организации занятий	Теория	Практика	Дата по плану	Дата по факту
1	Вводное занятие. Ты готовишь себе и друзьям.	беседа, просмотр презентации	1		04.09	
2	Бытовые приборы для кухни.	беседа, просмотр презентации	1		11.09	
3	У печи галок не считают.	беседа, просмотр презентации		1	18.09	
4	У печи галок не считают.	выполнение теста, рисунков, фотографий		1	25.09	
5	Помогаем взрослым на кухне.	беседа, просмотр презентации		1	02.10	
6	Ты готовишь себе и друзьям. Блюдо своими руками.	Проект «Любимое блюдо»		1	09.10	
7	Салаты.	проект		1	16.10	
8	Ты готовишь себе и друзьям.	беседа, просмотр презентации		1	23.10	
9	Блюдо своими руками.			1	06.11	
10	Кухни разных народов.	беседа, просмотр презентации		1	13.11	

11	Традиционные блюда Болгарии и Исландии.	беседа, просмотр презентации		1	20.11	
12	Традиционные блюда Японии и Норвегии	беседа, просмотр презентации		1	27.11	
13	Традиционные блюда Крайнего Севера	беседа, просмотр презентации		1	04.12	
14	Традиционные блюда России	беседа, просмотр презентации		1	11.12	
15	Традиционные блюда Кавказа	беседа, просмотр презентации		1	18.12	
16	Традиционные блюда Кубани	беседа, просмотр презентации		1	25.12	
17	«Календарь кулинарных праздников»	беседа, просмотр презентации	1		15.01	
18	Кухни разных народов, праздники.	беседа, просмотр презентации	1		22.01	
19	Кулинарная история. Как питались наши предки?	беседа, просмотр презентации	1		29.01	
20	Правила здорового питания. Рекомендации по формированию навыков правильного питания школьников.	беседа, просмотр презентации	1		05.02	
21	Кулинарные традиции Древнего Египта	беседа, просмотр презентации	1		12.02	
22	Кулинарные традиции Древней Греции	беседа, просмотр презентации	1		19.02	
23	Кулинарные традиции Древнего Рима	беседа, просмотр презентации	1		26.02	

24	Правила гостеприимства средневековья	беседа, просмотр презентации	1		04.03	
25	Как питались на Руси	беседа, просмотр презентации	1		11.03	
26	Традиционные напитки на Руси	беседа, просмотр презентации	1		18.03	
27	Необычное кулинарное путешествие. Музеи продуктов.	беседа, просмотр презентации	1		01.04	
28	«Мелодии, посвящённые каше».	беседа, просмотр презентации		1	08.04	
29	«Продукты танцуют».	беседа, просмотр презентации		1	15.04	
30	Составляем формулу правильного питания. «Формула правильного питания»	проект		1	22.04	
31	Составляем формулу правильного питания. «Формула правильного питания»	Защита проектов		1	29.04	
32	Сахар, его польза и вред.	беседа, просмотр презентации		1	06.05	
33	Путешествие по «Аппетитной стране»	беседа, просмотр презентации		1	13.05	
34	Путешествие по «Аппетитной стране». Подведение итогов.	Представление сообщений		1	20.05	
			13	21	34	34

Всего – 34 часа, 13 – теория, 21 - практика