

**Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ачинская школа № 3»**

Рассмотрено
на заседании МС

Эксперт _____
_____/_____
Протокол № 1 от
«30» августа 2022г

Согласовано

Заместитель директора по
учебной работе _____/
И.Н. Дёрова
«30» августа 2022г

Утверждаю

Директор школы
_____/И.Л. Шадрина
Приказ № 318/4 от
«30» августа 2022г

ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Разговор о правильном питании»

Класс: 5 «б»

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности курса «Разговор о правильном питании» апробирована и построена на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- СанПиН 1.2.3685-21;
- АООП ООО КГБОУ «Ачинская школа № 3»
- примерной программы внеурочной деятельности в соответствии с требованиями к результатам освоения основного общего образования. Авторы программы М.М. Безруких, Т.А. Филлипова, А.Г. Макеева, М., издательство «Нестле. Правильное питание», 2013 г.

Рабочая программа курса ориентирована на обучающихся 5-6 класса.

Место курса «Разговор о правильном питании» в учебном плане КГБОУ «Ачинская школа №3», определяется как предмет по выбору школы в 5 классе – 34 часа, из расчета 1 час в неделю.

Программа направлена на формирование культуры здоровья, осознание важности образования и воспитания правильного питания, формирования системы позитивных национальных ценностей, идеалов сохранения собственного здоровья, здоровья близких, как важнейшее национальное достояние России.

Краткая характеристика класса

По списку в 5 «б» классе 9 человек: 3 мальчика и 6 девочек. Возраст учащихся 12-14 лет. Все учащиеся имеют разный уровень речевого развития, невербального интеллекта, других психических функций и моторных навыков. Класс занимается по адаптированной рабочей программе для 5 класса разработанной на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования второго поколения. Все учащиеся с интеллектом норма, обучаются по ФГОС ОВЗ, вариант 2.2. Один ученик обучается по программе детей с ОВЗ, вариант 2.3.

Общая характеристика курса

Программа составлена на основе программы «Разговор о правильном питании», разработанной сотрудниками Института возрастной физиологии Российской академии образования по инициативе компании «Нестле Россия», руководитель авторского коллектива — директор Института, академик Российской академии образования Марьяна Михайловна Безруких.

Реализация учебно-методического комплекта «Формула правильного питания» определяется модульным характером.

Содержание курса «Формула правильного питания» отвечает следующим принципам:

- возрастная адекватность - соответствие используемых форм и методов обучения возрастным физиологическим и психологическим особенностям младших подростков;
- научная обоснованность - содержание комплекта базируется на данных исследований в области питания детей и подростков;
- практическая целесообразность - содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания подростков;
- динамическое развитие и системность - содержание комплекта цели и задачи обучения определялись с учетом тех сведений, оценочных суждений и поведенческих навыков, которые были сформированы у детей в результате изучения предыдущих модулей программы, учебные задачи всех тем взаимосвязаны друг с другом;
- модульность структуры – учебно-методический комплект может использоваться на базе образовательного учреждения
- вовлеченность в реализацию тем программы родителей учащихся;
- культурологическая сообразность – в содержании комплекта учитывались исторически

сложившиеся традиции питания, являющиеся отражением культуры народа;

- социально-экономическая адекватность – предлагаемые формы реализации программы не требуют использования дополнительных материальных средств, а рекомендации, которые даются в программе, доступны для реализации.

Цель программы: формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных **задач:**

- сформировать и развить представления подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, сформировать готовность заботиться и укреплять собственное здоровье;
- расширение знаний подростков о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности соблюдать эти правила;
- развития навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- развития представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознания того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- развития представления о социокультурных аспектах питания его связи с культурой и историей народа;
- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширения знаний об истории и традициях своего народа, формирования чувства уважения к культуре своего народа и культуре, и традициям других народов;
- развития творческих способностей, кругозора подростков, их интереса к познавательной деятельности;
- развития коммуникативных навыков у подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации правильного питания подросткового возраста

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Одним из результатов преподавания программы «Разговор о правильном питании» является решение задач воспитания – осмысление и интериоризация (присвоение) школьниками системы ценностей.

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности-любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты

- проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания;
- овладение установками, нормами и правилами правильного рационального питания;
- готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания, в том числе ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, развитие представления об адекватности питания, его соответствия росту, весу, возрасту, образу жизни человека;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах;
- развитие умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- способность и готовность к освоению систематических знаний о правильном питании, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- применение умения выбирать адекватные стоящей задаче средства, решения и способы к поиску нестандартных решений;
- способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии в области здорового питания;
- умение планировать, контролировать и оценивать свою деятельность в соответствии с поставленной целью;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- способность к решению личностных и социально значимых проблем здорового питания и воплощение найденных решений в практику
- способность к сотрудничеству и коммуникации с педагогом и товарищами по коллективу группы;
- использование речевых средств для регуляции умственной деятельности.

Предметные результаты:

- 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.

Содержание учебного предмета

Раздел 1. «Здоровье – это здорово»

Здоровье – это здорово

Я и мое здоровье

Мой образ жизни. Работа над проектом.

Конкурс плакатов «Мы за ЗОЖ»

Раздел 2. «Продукты разные нужны, продукты разные важны»

Продукты разные нужны, продукты разные важны.

«Пирамида питания»

Рациональное, сбалансированное питание

«Белковый круг»

«Жировой круг»

Витамины и минералы.

Мой рацион питания

Раздел 3. «Режим питания»

Скажи мне, что ты ешь – я скажу кто ты

Режим питания

Твой режим питания.

Практическая работа.

«Пищевая тарелка»

Влияние воды на обмен веществ.

Раздел 4. Энергия пищи

Что может рассказать этикетка на упаковке пищевого продукта.

Практическая работа

Давайте посчитаем калории.

Практическая работа

Роль пищевых волокон на организм человека.

Раздел 5. Где и как мы едим

Правила этикета.

Практическая работа.

Где и как мы едим.

Мы не дружим с сухомяткой.

«Фаст фуды».

Правила полезного питания.

Меню для похода.

Практическая работа.

Раздел 5. Ты покупатель

Где можно сделать покупку.

Срок хранения продуктов.

Пищевые отравления, их предупреждение.

Ты – покупатель. Права потребителя

Ты – покупатель. Правила вежливости.

Тематическое планирование.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Из них		
			Теоретическое обучение, ч.	Практическое обучение, ч.	Проверочные работы, ч.
Раздел 1. «Здоровье – это здорово»		4			
1	Здоровье – это здорово	1	1		
2	Я и мое здоровье	1	1		
3	Мой образ жизни. Работа над проектом.	1	0,5	0,5	
4	Конкурс плакатов «Мы за ЗОЖ»	1		1	
Раздел 2. «Продукты разные нужны, продукты разные важны»		7			

5	Продукты разные нужны, продукты разные важны.	1	1		
6	«Пирамида питания»	1	1		
7	Рациональное, сбалансированное питание	1	1		
8	«Белковый круг»	1	1		
9	«Жировой круг»	1	1		
10	Витамины и минералы.	1	1		
11	Мой рацион питания	1	0,5	0,5	
Раздел 3. «Режим питания»		5			
12	Скажи мне, что ты ешь – я скажу кто ты	1	0,5	0,5	
13	Режим питания	1	0,5	0,5	
14	Твой режим питания. Практическая работа.	1	1		
15	«Пищевая тарелка»	1	1		
16	Влияние воды на обмен веществ.	1	1		
Раздел 4. Энергия пищи		3			
17	Что может рассказать этикетка на упаковке пищевого продукта. Практическая работа	1	0,5	0,5	
18	Давайте посчитаем калории. Практическая работа	1	0,5	0,5	
19	Роль пищевых волокон на организм человека.	1	1		
Раздел 5. Где и как мы едим		6			
20	Правила этикета. Практическая работа.	1	0,5	0,5	
21	Где и как мы едим.	1	1		
22	Мы не дружим с сухомыткой.	1	1		
23	«Фаст фуды».	1	1		
24	Правила полезного питания.	1	1		
25	Меню для похода. Практическая работа.	1	0,5	0,5	
Раздел 5. Ты покупатель		5			
26	Где можно сделать покупку.	1	1		
27	Срок хранения продуктов.	1	1		
28	Пищевые отравления, их предупреждение.	1	1		
29	Ты – покупатель. Права потребителя	1	1		
30	Ты – покупатель. Правила вежливости.	1	1		
Обобщение		4			
31	Обобщение материала за курс.	1	0,5	0,5	
32	Промежуточная аттестационная работа.	1			1
33	Повторение.	1	0,5	0,5	
34	Повторение.	1	0,5	0,5	
Итого		34	26,5	6,5	1

Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся

Контроль предполагает выявление уровня освоения учебного материала при изучении, как отдельных разделов, так и всего курса информатики и информационных технологий в целом.

Текущий контроль усвоения материала осуществляется путем устного/письменного опроса.

Периодически знания и умения по пройденным темам проверяются письменными контрольными или тестовых заданиями.

Планируемые результаты по ФГОС

Должны научиться:

- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать и контролировать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
- самостоятельно оценивать свой рацион питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни;
- работать с различными источниками информации: находить информацию в тексте доступной их возрасту научно-познавательной литературы, справочниках.
- проводить самостоятельно простейшие биологические исследования, проводя при этом наблюдения под руководством учителя;
- рассчитывать свой рацион питания в случае изменения своей нагрузки или образа жизни;
- используя традиционные источники питания и минимум затрат формировать рациональное здоровое меню, которое отвечает всем требованиям гигиены и возрастной физиологии;
- развивать свои познавательные интересы и мотивы, направленные на изучение правил формирования здорового образа жизни;
- основным оставляющим в исследовательской деятельности: умение видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, наблюдать, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;
- выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к своему здоровью и здоровью окружающих.

Литература и средства обучения:

Литература для учителя:

1. УМК «Разговор о правильном питании»: Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Формула правильного питания. Методическое пособие. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014.
2. методическое пособие: Громова Л.А. Организация проектной и исследовательской деятельности школьников. Биология. 5-9 классы. - М.: Вентана-Граф, 2014.
3. Климович Ю.П. Учимся правильно питаться. Для учителей, работающих по программе «Разговор о правильном питании»/- Волгоград: Учитель, 2007.

Литература для учащихся:

1. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Формула правильного питания. Блокнот для школьников. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014.

Цифровые образовательные ресурсы:

1. Информационные средства: www.prav-pit.ru
2. Сайт Nestle «Разговор о правильном питании» <http://www.food.websib.ru/>

Материально-техническое обеспечение:

1. Персональные компьютеры.
2. Экран.
3. Проектор.
4. Звукоусиливающая аппаратура коллективного пользования.

Календарно-тематический план 5 «Б» класса

№	Тема урока.	Кол-во часов	Виды деятельности учащихся	Планируемые результаты	УУД	Фразы за экраном	Дата
Раздел 1. «Здоровье – это здорово» (4 часа)							
1.	Здоровье – это здорово	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.	<i>Иметь</i> представления о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей; об ответственности Человека за свое здоровье.	<i>Предметные:</i> готовность заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового питания. <i>Метапредметные:</i> формирование негативного отношения к факторам риска для своего здоровья ; формирование умения применения знаний теоретического материала на практике; умения делать выводы; формирование умения совместного творчества; формирование умений работать в группе; воспитывать уважительное отношение к мнению других. <i>Личностные:</i> развитие познавательного интереса к составу продуктов и сроку их годности относительно здоровья; формирование чувства уверенности в своих силах; развитие творческого воображения уч-ся (составление четверостиший).	Здоров будешь - все добудешь. В здоровом теле – здоровый дух.	
2.	Я и мое здоровье	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.	<i>Уметь</i> оценивать свой образ жизни, его соответствие понятию «здоровый». Оценивают красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.	формирование умения совместного творчества; формирование умений работать в группе; воспитывать уважительное отношение к мнению других.	Здоровье не купишь - его разум дарит. Неправильное питание приводит к болезням.	
3.	Мой образ жизни. Работа над проектом.	1	Слушание объяснений учителя. Выполнение работ практикума.		<i>Личностные:</i> развитие познавательного интереса к составу продуктов и сроку их годности относительно здоровья; формирование чувства уверенности в своих силах; развитие творческого воображения уч-ся (составление четверостиший).	Здоровье - правильная, нормальная деятельность организма, его полное физическое и психическое благополучие.	
4.	Конкурс плакатов «Мы за ЗОЖ»	1	Систематизация учебного материала. Выполнение работ практикума. Защита проектной деятельности.			Самое главное для здоровья – это двигательная активность, подвижность, занятия физической культурой и спортом.	
Раздел 2. «Продукты разные нужны, продукты разные важны» (3 часа)							

5.	Продукты разные нужны, продукты разные важны.	1	Слушание объяснений учителя.	<i>Знать</i> понятия: рацион питания, калорийность пищи; основные группы питательных веществ – белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные соли; значение этих веществ в организме; об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах, вызывающих изменения в рационе питания.	<i>Предметные:</i> готовность заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового питания; знать о питательных веществах, содержащихся в различных продуктах, о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья. <i>Метапредметные:</i> формирование негативного отношения к факторам риска для своего здоровья ; формирование умения применения знаний теоретического материала на практике; умения делать выводы; формирование умения совместного творчества;	Неправильное питание приводит к ожирению, болезням желудка, печени, кишечника.	
6.	«Пирамида питания»	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.			Питание – основа жизнедеятельности нашего организма.	
7.	Рациональное, сбалансированное питание	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.			Одни продукты дают организму энергию, чтобы двигаться, хорошо думать, не, другие помогают строить организм и сделать его более сильным.	
8.	«Белковый круг»	1	Слушание объяснений учителя.	<i>Иметь</i> представление о питательных веществах, содержащихся в различных продуктах, о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья.	формирование умений работать в группе; воспитывать уважительное отношение к мнению других.	Сладостей тысяча, а здоровье одно. Овощи и фрукты-полезные продукты.	
9.	«Жировой круг»	1	Слушание объяснений учителя.			Воздерживайтесь от жирной пищи. Остерегайтесь острого и соленого.	
10.	Витамины и минералы.	1	Слушание объяснений учителя.		<i>Личностные:</i> развитие познавательного интереса к составу продуктов и сроку их годности относительно здоровья;	Ягоды, фрукты и овощи – основные источники витаминов и минеральных веществ.	

11.	Мой рацион питания	1	Слушание объяснений учителя.		формирование чувства уверенности в своих силах; развитие творческого воображения уч-ся (составление четверостиший).	Ни один продукт не дает всех питательных веществ, которые необходимы для поддержания хорошего здоровья	
Раздел 3. «Режим питания» (4 часа)							
12.	Скажи мне, что ты ешь – я скажу кто ты	1	Слушание объяснений учителя.	<i>Уметь</i> делать осознанный выбор здорового питания, в том числе ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания; работать над развитием у себя самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	<i>Предметные:</i> сформировать правильное отношение к своему здоровью через понятие здоровое питание; прогнозирование ситуации и результата необходимости соблюдения правил здорового образа; представление о значении воды для жизни человека, умение правильно её употреблять; познакомиться с разнообразием напитков, их ценностью для здоровья.	Здоровая пища. Режим питания. Культура поведения за столом	
13.	Режим питания	1	Слушание объяснений учителя.	работать над развитием у себя самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	<i>Метапредметные:</i> осуществлять рефлекссию способов и условий действий; уточнять, как нужно питаться, знать понятия: «здоровая пища», «вредные продукты», «полезные продукты»; облюдовать культуру поведения за столом; формулировать и удерживать учебную задачу; определять общую цель и пути её достижения.	В пище содержатся основные питательные вещества, витамины, которые являются строительным материалом для роста, источником энергии, укрепляют иммунитет.	
14.	Твой режим питания. Практическая работа.	1	Выполнение работ практикума. Систематизация учебного материала.	<i>Знать</i> установки, нормы и правила правильного рационального питания; о значении воды для жизни человека, умение правильно её употреблять.	<i>Личностные:</i> осуществлять рефлекссию способов и условий действий; уточнять, как нужно питаться, знать понятия: «здоровая пища», «вредные продукты», «полезные продукты»; облюдовать культуру поведения за столом; формулировать и удерживать учебную задачу; определять общую цель и пути её достижения.	Режим питания – это точно установленный порядок питания.	
15.	«Пищевая тарелка»	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.			Питание - одна из главных потребностей человека.	
16.	Влияние воды на обмен веществ.	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.			Вода – растворитель. Она растворяет вредные вещества в нашем организме и помогает вывести их из организма.	

					принимать установку на здоровый образ жизни; следовать моральным нормам и этическим требованиям в поведении.		
Раздел 4. Энергия пищи (3 часа)							
17.	Что может рассказать этикетка на упаковке пищевого продукта. Практическая работа	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов. Выполнение работ практикума.	<i>Уметь</i> делать осознанный выбор здорового питания, в том числе ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания. <i>Знать</i> основные группы питательных	<i>Предметные:</i> определять по этикеткам продуктов их пищевую ценность, дать дополнительные знания о витаминах, лекарственных травах для пищеварения, закрепить знания учащихся о пищеварительной системе; способствовать выработке	Все знаки на упаковке можно разделить на: Идентификационные; Знаки соответствия или качества; Манипуляционные; Предупредительные; Экологические.	
18.	Давайте посчитаем калории. Практическая работа	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов. Выполнение работ практикума.	веществ – белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные соли, функции этих веществ в организме. <i>Иметь</i> представление о необходимости разнообразного	здоровых привычек питания в раннем возрасте, познакомиться с новым понятием «калория», учиться определять продукты, содержащие разное количество калорий. <i>Метапредметные:</i>	Под калорийностью, или энергетической ценностью, пищи подразумевается количество энергии, которое получает организм при полном её усвоении.	
19.	Роль пищевых волокон на организм человека.	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.	питания как обязательном условии здоровья;	осознавать познавательную задачу, читать, извлекая нужную информацию, а также самостоятельно находить ее в материалах учебника; формулировать собственные высказывания; формулировать учебную задачу, определять последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата, предвосхищать результат,	Пищевые волокна - компоненты пищи, не перевариваемые пищеварительными ферментами организма человека, но перерабатываемые полезной микрофлорой кишечника.	

					оценивать качество и уровень усвоения материала; <i>Личностные:</i> оценивать собственную учебную деятельность (свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность), определять причины неудач.		
--	--	--	--	--	---	--	--

Раздел 5. Где и как мы едим (6 часов)

20.	Правила этикета. Практическая работа.	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов. Выполнение работ практикума.	<p><i>Уметь</i> правильно упаковывать, хранить и транспортировать продукты в походе. <i>Знать</i> понятием «этикет», его значением в жизни человека, некоторыми правилами этикета; <i>Иметь</i> представления о преимуществах полноценного питания и вреде питания «всухомятку»; о требованиях к продуктам питания для похода, дневным рационом питания; о преимуществах полноценного питания и вреде питания «фаст-фуда».</p>	<p><i>Предметные:</i> познакомиться с понятием «этикет», его значением в жизни человека, некоторыми правилами этикета; развивать коммуникативные способности, воспитывать чувства терпимости и уважения друг к другу; расширять представления о преимуществах полноценного питания и вреде питания «всухомятку»; Расширять представления о преимуществах полноценного питания и вреде питания «фаст-фуда»; познакомиться с требованиями к продуктам питания для похода, дневным рационом питания, научить правильно упаковывать, хранить и транспортировать продукты в походе. <i>Метапредметные:</i> осознавать познавательную задачу, читать, извлекая</p>	Хорошие манеры считались признаком превосходства и просвещенности.	
21.	Где и как мы едим.	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.			Что ты ешь и в каких условиях ты ешь – сидя за столом или на ходу.	
22.	Мы не дружим с сухомяткой.	1	Слушание объяснений учителя.			Слово «сухомятка» обозначало сухую пищу, преимущественно хлеб.	
23.	«Фаст фуды».	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.			Слово «фаст-фуд» в переводе с английского языка обозначает «быстрая еда».	
24.	Правила полезного питания.	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.			Для здоровья важно не только что ты ешь, но и в каком порядке.	
25.	Меню для похода.	1	Слушание объяснений учителя.			Упаковка должна обеспечить	

	Практическая работа.		Просмотр учебных фильмов. Выполнение работ практикума.		нужную информацию, а также самостоятельно находить ее в материалах учебника; формулировать собственные высказывания; формулировать учебную задачу, определять последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата, предвосхищать результат, оценивать качество и уровень усвоения материала; требования к продуктам питания для похода, дневным рационом питания, научиться правильно упаковывать, хранить и транспортировать продукты в походе. <i>Личностные:</i> оценивать собственную учебную деятельность(свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность), определять причины неудач.	сохранность продуктов в течении всего похода.	
--	----------------------	--	---	--	---	---	--

Раздел 5. Ты покупатель (6 часов)

26.	Где можно сделать покупку.	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.	<i>Уметь</i> выбирать места совершения покупок; формировать умение хранения продуктов; распознавать продукты	<i>Предметные:</i> Формирование умения выбирать места совершения покупок; формировать умение хранения продуктов; умение	Что такое торговля, магазин, кто это- продавец, покупатель, кассир.	
27.	Срок хранения продуктов.	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.	не пригодные к употреблению; онообходимость разнообразного	распознавать продукты не пригодные к употреблению; представление о понятии: пищевое отравление,	Прежде чем продукт купить посмотри на годность.	

28.	Пищевые отравления, их предупреждение.	1	Слушание объяснений учителя. Просмотр учебных фильмов.	питания – как условия здоровья; самостоятельно, выбирать продукты, в которых содержится наибольшее количество питательных веществ и витаминов.	причиной, признаками, оказанием первой медицинской помощи; формирование знаний о правах и обязанностях покупателя, поведении в сложных ситуациях, возникающих при совершении покупки.	Ботулизм, пищевое отравление, инфекционное заболевание.	
29.	Ты – покупатель. Права потребителя	1	Слушание объяснений учителя.			Если ты пришел в магазин за покупкой, ты потребитель (покупатель).	
30.	Ты – покупатель. Правила вежливости.	1	Слушание объяснений учителя.	<i>Знать</i> необходимость разнообразного питания – как условия здоровья; <i>Иметь</i> представления о преимуществах полноценного питания и вреде питания «всухомятку»; о требованиях к продуктам питания для похода, дневным рационом питания; о преимуществах полноценного питания и вреде питания «фаст-фуда»;	<i>Метапредметные:</i> осознавать познавательную задачу, читать, извлекая нужную информацию, а также самостоятельно находить ее в материалах учебника; формулировать собственные высказывания; формулировать учебную задачу, определять последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата, предвосхищать результат, оценивать качество и уровень усвоения материала; <i>Личностные:</i> оценивать собственную учебную деятельность (свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность), определять причины неудач.	Магазин– специально оборудованное здание, предназначенное для продажи товаров и оказания услуг покупателям.	
Обобщение (4 часа)							
31.	Обобщение материала за курс.	1	Отобразить предложенную ситуацию с помощью графов.				

32.	Промежуточная аттестационная работа.	1					
33.	Повторение.	1	Выполнение работ практикума. Систематизация учебного материала.				
34.	Повторение.	1	Выполнение работ практикума. Систематизация учебного материала.				