


муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №3 города Каменск-Шахтинский

ПРИНЯТО
решением
методической кафедры
гуманитарного,
художественно-
эстетического
и оздоровительного цикла
Протокол № 2
От 30.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР

Яценко Н.А.
30.08.2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности
«Разговор о правильном питании»

7-8 класс

Учитель: **Яценко Наталья Александровна**
на **2024-2025 учебный год**

1. Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» построена согласно требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, с учетом концепции духовно – нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Здоровое питание» ориентирована на учащихся 7-8-х классов Муниципального общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 3 составлена на основе следующих нормативно- правовых документов:

1.Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 23.07.2013)

2.Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» / Приказ Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544н (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 г. № 30550)

3. Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования / Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 г. № 1015 (Зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013 г. № 30067)

4. Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»

5. Приказ Минпросвещения России от 18.07.2022г. № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования» (Зарегистрирован 17.08.2022 №69675)

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических требований к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. Приказ Минпросвещения России от 21.09.2022 N 858 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников" (Зарегистрировано в Минюсте России 01.11.2022 N 70799), с изменениями и дополнениями от: 21 июля 2023г., 21 февраля, 21 мая 2024 года.

8.Учебного плана МБОУ СОШ №3, Положения о рабочей программе МБОУ СОШ №3.

Программа составлена на основе Комплексной общеобразовательной программы по формированию культуры здоровья, культуры питания у обучающихся в условиях образовательной организации. Авторы составители Н.В.Герасименко, Р.А. Тимурбулатов.

Программа предусматривает организацию деятельности учащихся в форме школы правильного питания. Такая форма позволяет, с одной стороны, обеспечить максимально широкий охват обучающихся образованием в области жизненно важных вопросов собственного здоровья. Это способствует повышению учебной мотивации обучающихся, освоению их субъективной роли «обучаю других» как шага к следующему этапу «обучаю себя».

Актуальность и новизна программы в том, что она дополняет и раскрывает содержание отдельных тем предметных областей «Биологии», в ходе её изучения, обучающиеся овладевают основами практико-ориентированных знаний о человеке, о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, на формирование готовности соблюдать их, учатся осмысливать причинно-следственные связи формирования навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.

Согласно учебному плану на 2024-2025 учебный год МБОУ СОШ № 3 отводит для внеурочной деятельности в 7-8 классах 34 часа в год, час в неделю.

Цель данного курса: формирование у обучающихся полезных привычек и предпочтений, поведенческих навыков в области питания и ценностного отношения к собственному здоровью.

Задачи данного курса:

- формирование и развитие представления обучающихся о собственном здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей;
- формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формирование у обучающихся знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора обучающихся, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков у обучающихся, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблем.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности:

Личностными результатами освоения обучающимися содержание программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности;
- 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.

-

Метапредметными результатами изучения курса являются:

- формирование здорового и безопасного образа жизни;
- умение характеризовать действия и поступки, на основе полученных знаний и имеющегося первичного опыта;
- умение ориентироваться в информационном пространстве (сети Интернет);
- умение собирать, обрабатывать и анализировать полученную информацию;
- умение взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения, взаимопомощи, дружбы и толерантности.

Предметные результаты:

Обучающиеся по окончании программного курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» научатся:

- правилам и основам рационального питания;
- необходимости соблюдения гигиены питания;
- структуре ежедневного рациона питания.

Учащиеся получат возможность научиться оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия.

Воспитательный компонент уроков:

Осмысление и интериоризация (присвоение) школьниками системы ценностей. Формирование и развитие представления учащихся о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье, мотивировать учащихся к формированию интереса к самостоятельному выбору полезных продуктов питания.

Календарно-тематическое планирование в 7а классе (34 часа, 1ч. в неделю)

№ п/п	№ темы и раздела	Темы занятий	Кол-во часов	Дата по плану	Дата факт.	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся
Раздел 1. Здоровье человека и факторы, его определяющие -5 часов						
1	1.1	Состояние здоровья современного человека. Факторы, влияющие на здоровье школьников.	1	04.09.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
2	1.2	Особенности обменных процессов, происходящих в организме человека в соответствии с возрастными периодами.	1	11.09.24		Урок-игра, парная форма, учебная игра
3	1.3	«Составление режима дня»	1	18.09.24		Беседа, дискуссия, фронтальная форма, обсуждение ситуаций, практическая работа
4	1.4	Культура здоровья, культура здорового питания человека.	1	25.09.24		Урок- беседа, разыгрывание ситуаций
5	1.5	Составление памятки «Рекомендации по поддержанию здорового образа жизни»	1	02.10.24		Групповая, фронтальная форма, практическая работа
Раздел 2. Алиментарно зависимые заболевания – 9 часов						
6	2.1	Компоненты еды. Разнообразие пищи.	1	09.10.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
7	2.2	Заболевания, обусловленные неправильным питанием. Алиментарно-зависимые	1	16.10.24		Урок-беседа, групповая форма, игра

		заболевания и факторы их вызывающие.				
8	2.3	Нарушение питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний.	1	23.10.24		Индивидуальная форма, решение проблемных задач, дискуссия
9	2.4	Здоровые привычки питания.	1	06.11.24		Проектная деятельность, групповая форма, мини-проект
10	2.5	Роль витаминов и минеральных веществ в организме человека.	1	13.11.24		Индивидуальная форма, мини-проект
11	2.6	«Обнаружение витаминов в продуктах и по их количеству после обработки пищи»	1	20.11.24		Практическая работа №2, групповая форма, дискуссия
12-13	2.7-2.8	«Почему важно знать, откуда продукты?»	2	27.11.24 04.12.24		Мини-проект, групповая форма, дискуссия
14	2.9	Проект «Витаминка»	1	11.12.24		Фронтальная форма урока с использованием наглядного метода и разъяснительно-иллюстративного изложения
Раздел 3. Физиология питания – 6 часов						
15	3.1	Краткие сведения о физиологии питания человека, о механизме пищеварения и правильном характере обмена веществ в организме человека.	1	18.12.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
16	3.2	Требования и правила построения рационов питания для различных возрастных групп.	1	25.12.24		Урок-рассказ с использованием наглядного метода

17	3.3	Твой рацион – это ты. Рацион с низким содержанием жиров.	1	15.01.25		Урок-лекция с использованием наглядного метода
18	3.4	«Составление дневного меню»	1	22.01.25		Фронтальная форма урока с использованием наглядного метода и разъяснительно-иллюстративного изложения. Практическая работа
19-20	3.5-3.6	«Питайся правильно - будешь здоров!»	2	29.01.25 05.02.25		Конкурс, групповая форма, дискуссия
Раздел 4. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов – 9 часов						
21	4.1	Реклама продуктов питания и здоровье.	1	12.02.25		Урок-рассказ с использованием наглядного метода
22	4.2	Рекламная акция по пропаганде здорового питания.	1	19.02.25		Урок-беседа, групповая форма, игра
23	4.3	Сладости и сахар (углеводы)	1	26.02.25		Театральные постановки, групповая форма
24	4.4	«Сахар и обмен веществ»	1	05.03.25		Мини-проект
25	4.5	Жиры. Соль и консервирование продуктов.	1	12.03.25		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
26	4.6	«Имитации способов консервирования с наблюдениями характера и изменений качества	1	19.03.25		Практическая работа

		продукта»				
27	4.7	Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов.	1	02.04.25		Практическое занятия с элементами игр
28	4.8	Мини-исследование «Как влияют консерванты на здоровье?»	1	09.04.25		Практическое занятия с элементами игр
29	4.9	Что любишь из еды? Как любишь есть? Почему это делаешь?	1	16.04.25		Самостоятельная творческая работа, учебная игра
Раздел 5. Кухня народов России - 5 часов						
30	5.1	Кулинарное путешествие по России.	1	23.04.25		Урок-беседа, групповая форма, игра
31	5.2	«Кулинарный глобус»	1	30.04.25		Индивидуальная форма, мини-проект
32	5.3	Гостеприимство. Как угощать гостей.	1	07.05.25		Самостоятельная творческая работа, учебная игра
33	5.4	«Сервировка праздничного стола»	1	14.05.25		Практическая работа, выполнение творческих работ
34	5.5	Особенности питания населения Донского края.	1	21.05.25		Урок-зачет, индивидуальная форма

С учетом праздничных и выходных дней – 34 часа

Календарно-тематическое планирование в 7б классе (34 часа, 1ч. в неделю)

№ п/п	№ темы и раздела	Темы занятий	Кол-во часов	Дата по плану	Дата факт.	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся
Раздел 1. Здоровье человека и факторы, его определяющие -5 часов						
1	1.1	Состояние здоровья современного человека. Факторы, влияющие на здоровье школьников.	1	05.09.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
2	1.2	Особенности обменных процессов, происходящих в организме человека в соответствии с возрастными периодами.	1	12.09.24		Урок-игра, парная форма, учебная игра
3	1.3	«Составление режима дня»	1	19.09.24		Беседа, дискуссия, фронтальная форма, обсуждение ситуаций, практическая работа
4	1.4	Культура здоровья, культура здорового питания человека.	1	26.09.24		Урок- беседа, разыгрывание ситуаций
5	1.5	Составление памятки «Рекомендации по поддержанию здорового образа жизни»	1	03.10.24		Групповая, фронтальная форма, практическая работа
Раздел 2. Алиментарно зависимые заболевания – 9 часов						
6	2.1	Компоненты еды. Разнообразие пищи.	1	10.10.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
7	2.2	Заболевания, обусловленные неправильным питанием. Алиментарно-зависимые	1	17.10.24		Урок-беседа, групповая форма, игра

		заболевания и факторы их вызывающие.				
8	2.3	Нарушение питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний.	1	24.10.4		Индивидуальная форма, решение проблемных задач, дискуссия
9	2.4	Здоровые привычки питания.	1	07.11.24		Проектная деятельность, групповая форма, мини-проект
10	2.5	Роль витаминов и минеральных веществ в организме человека.	1	14.11.24		Индивидуальная форма, мини-проект
11	2.6	«Обнаружение витаминов в продуктах и по их количеству после обработки пищи»	1	21.11.24		Практическая работа №2, групповая форма, дискуссия
12-13	2.7-2.8	«Почему важно знать, откуда продукты?»	2	28.11.24 05.12.24		Мини-проект, групповая форма, дискуссия
14	2.9	Проект «Витаминка»	1	12.12.24		Фронтальная форма урока с использованием наглядного метода и разъяснительно-иллюстративного изложения
Раздел 3. Физиология питания – 6 часов						
15	3.1	Краткие сведения о физиологии питания человека, о механизме пищеварения и правильном характере обмена веществ в организме человека.	1	19.12.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
16	3.2	Требования и правила построения рационов питания для различных возрастных групп.	1	26.12.24		Урок-рассказ с использованием наглядного метода

17	3.3	Твой рацион – это ты. Рацион с низким содержанием жиров.	1	09.01.25		Урок-лекция с использованием наглядного метода
18	3.4	«Составление дневного меню»	1	11.01.25		Фронтальная форма урока с использованием наглядного метода и разъяснительно-иллюстративного изложения. Практическая работа
19-20	3.5-3.6	«Питайся правильно - будешь здоров!»	2	16.01.25 23.01.25		Конкурс, групповая форма, дискуссия
Раздел 4. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов – 9 часов						
21	4.1	Реклама продуктов питания и здоровье.	1	30.01.25		Урок-рассказ с использованием наглядного метода
22	4.2	Рекламная акция по пропаганде здорового питания.	1	06.02.25		Урок-беседа, групповая форма, игра
23	4.3	Сладости и сахар (углеводы)	1	13.02.25		Театральные постановки, групповая форма
24	4.4	«Сахар и обмен веществ»	1	20.02.25		Мини-проект
25	4.5	Жиры. Соль и консервирование продуктов.	1	27.02.25		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
26	4.6	«Имитации способов консервирования с наблюдениями характера и изменений качества	1	06.03.25		Практическая работа

		продукта»				
27	4.7	Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов.	1	13.03.25		Практическое занятия с элементами игр
28	4.8	Мини-исследование «Как влияют консерванты на здоровье?»	1	20.03.25		Практическое занятия с элементами игр
29	4.9	Что любишь из еды? Как любишь есть? Почему это делаешь?	1	03.04.25		Самостоятельная творческая работа, учебная игра
Раздел 5. Кухня народов России - 5 часов						
30	5.1	Кулинарное путешествие по России.	1	10.04.25		Урок-беседа, групповая форма, игра
31	5.2	«Кулинарный глобус»	1	17.04.25		Индивидуальная форма, мини-проект
32	5.3	Гостеприимство. Как угощать гостей.	1	24.04.25		Самостоятельная творческая работа, учебная игра
33	5.4	«Сервировка праздничного стола»	1	15.05.25		Практическая работа, выполнение творческих работ
34	5.5	Особенности питания населения Донского края.	1	22.05.25		Урок-зачет, индивидуальная форма

С учетом праздничных и выходных дней – 34 часа

Календарно-тематическое планирование в 8а классе (34 часа, 1ч. в неделю)

Но мер п/п	Наименование разделов и занятий	Количе ство часов	Дата- план	Дата- факт	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся
Введение. Здоровье человека и факторы, его определяющие.					
1.	Состояние здоровья современного человека.	1	05.09.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
2.	Режим дня. Исследовательский проект «Секреты хорошего настроения».	1	12.09.24		Урок-игра, парная форма, учебная игра
3.	Наука о питании – древняя и современная.	1	19.09.24		Беседа, дискуссия, фронтальная форма, обсуждение ситуаций
4.	Пирамида здорового питания.	1	26.09.24		Урок- беседа, разыгрывание ситуаций
5.	Факторы, влияющие на состояние здоровьядетей дошкольного и раннего школьного возраста.	1	03.10.24		Групповая, фронтальная форма, учебная игра
6.	Факторы, влияющие на состояние здоровьяшкольников.	1	10.10.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
7.	Особенности обменных процессов, происходящих в организме человека в соответствии с возрастными периодами.	1	17.10.24		Урок-беседа, групповая форма, игра
8.	Гигиена питания – круглый стол.	1	24.10.24		Индивидуальная форма, решение проблемных задач, дисскуссия
Физиология питания					
9.	Механизм пищеварения и правильный характер обмена веществ в организме человека.	1	07.11.24		Проектная деятельность, групповая форма, мини-проект
10.	Расход энергии. Нормы питания. Режимпитания.	1	14.11.24		Индивидуальная форма, мини-проект
Структура ассортимента свойства пищевых продуктов					
11.	Основные блюда и их значение.	1	21.11.24		Урок-практикум, групповая форма,

					дискуссия
12.	Три кита питания.	1	28.11.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
13.	Витаминная азбука.	1	05.12.24		Фронтальная форма урока с использованием наглядного метода и разъяснительно-иллюстративного изложения
14.	Овощи и фрукты – полезные продукты.	1	12.12.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
15.	Аналитический проект «Каникулы – делосерьезное».	1	19.12.24		Урок-рассказ с использованием наглядного метода
16	Составление индивидуального меню.	1	26.12.24		Урок-лекция с использованием наглядного метода Практическая работа
17.	Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья.	1	09.01.25		Фронтальная форма урока с использованием наглядного метода и разъяснительно-иллюстративного изложения

Кухня народов России

18-19	Проект «Дни национальной кухни».	2	11.01.25 16.01.25		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
20.	Создание кулинарной книги «Рецепты моей бабушки».	1	23.01.25		Урок-рассказ с использованием наглядного метода
21	Продукты питания в разных культурах.	1	30.01.25		Урок-беседа, групповая форма, игра
22	Ядовитые грибы и растения.	1	06.02.25		Урок-лекция с использованием наглядного метода

23	Непереносимость отдельных продуктов и блюд.	1	13.02.25		Урок-беседа, групповая форма,
24	Значение жидкости для организма человека. Полезные напитки.	1	20.02.25		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
Санитария и гигиена питания.					
25	Нарушение питания и факторы риска развития хронических заболеваний.	1	27.02.25		Учебная игра
26	Проект «Все сезоны года».	1	06.03.25		Практическое занятия с элементами игр
27	Проект «Все сезоны года».	1	13.03.25		Практическое занятия с элементами игр
28	Конкурс презентаций домашнего меню.	1	20.03.25		Самостоятельная творческая работа
29	Правила поведения в гостях.	1	03.04.25		Урок-беседа, групповая форма, игра
30	Особенности и правила личной гигиены.	1	10.04.25		Индивидуальная форма, мини-проект
31	Особенности и правила личной гигиены.	1	17.04.25		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
32	Пищевые отравления и их недопущение.	1	24.04.25		Индивидуальная форма, мини-проект
33	Надёжные помощники – гигиена и спорт.	1	15.05.25		Урок-беседа, выполнение творческих работ
34	Правильное питание – это здоровье и красота.	1	22.05.25		Урок-зачет, индивидуальная форма, решение проблемных задач
С учетом праздничных и выходных дней – 34 часа					

Календарно-тематическое планирование в 8б классе (34 часа, 1ч. в неделю)

Но мер п/п	Наименование разделов и занятий	Количе ство часов	Дата- план	Дата- факт	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся
Введение. Здоровье человека и факторы, его определяющие.					
1.	Состояние здоровья современного человека.	1	06.09.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
2.	Режим дня. Исследовательский проект «Секреты хорошего настроения».	1	13.09.24		Урок-игра, парная форма, учебная игра
3.	Наука о питании – древняя и современная.	1	20.09.24		Беседа, дискуссия, фронтальная форма, обсуждение ситуаций
4.	Пирамида здорового питания.	1	27.09.24		Урок- беседа, разыгрывание ситуаций
5.	Факторы, влияющие на состояние здоровьядетей дошкольного и раннего школьного возраста.	1	04.10.24		Групповая, фронтальная форма, учебная игра
6.	Факторы, влияющие на состояние здоровьяшкольников.	1	11.10.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
7.	Особенности обменных процессов, происходящих в организме человека в соответствии с возрастными периодами.	1	18.10.24		Урок-беседа, групповая форма, игра
8.	Гигиена питания – круглый стол.	1	25.10.24		Индивидуальная форма, решение проблемных задач, дискуссия
Физиология питания					
9.	Механизм пищеварения и правильный характер обмена веществ в организме человека.	1	08.11.24		Проектная деятельность, групповая форма, мини-проект
10.	Расход энергии. Нормы питания. Режимпитания.	1	15.11.24		Индивидуальная форма, мини-проект
Структура ассортимента свойства пищевых продуктов					
11.	Основные блюда и их значение.	1	22.11.24		Урок-практикум, групповая форма,

					дискуссия
12.	Три кита питания.	1	29.11.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
13.	Витаминная азбука.	1	06.12.24		Фронтальная форма урока с использованием наглядного метода и разъяснительно-иллюстративного изложения
14.	Овощи и фрукты – полезные продукты.	1	13.12.24		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
15.	Аналитический проект «Каникулы – делосерьезное».	1	20.12.24		Урок-рассказ с использованием наглядного метода
16	Составление индивидуального меню.	1	27.12.24		Урок-лекция с использованием наглядного метода Практическая работа
17.	Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья.	1	28.12.24		Фронтальная форма урока с использованием наглядного метода и разъяснительно-иллюстративного изложения

Кухня народов России

18-19	Проект «Дни национальной кухни».	2	10.01.25 17.01.25		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
20.	Создание кулинарной книги «Рецепты моей бабушки».	1	24.01.25		Урок-рассказ с использованием наглядного метода
21	Продукты питания в разных культурах.	1	31.01.25		Урок-беседа, групповая форма, игра
22	Ядовитые грибы и растения.	1	07.02.25		Урок-лекция с использованием наглядного метода

23	Непереносимость отдельных продуктов и блюд.	1	14.02.25		Урок-беседа, групповая форма,
24	Значение жидкости для организма человека. Полезные напитки.	1	21.02.25		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
Санитария и гигиена питания.					
25	Нарушение питания и факторы риска развития хронических заболеваний.	1	28.02.25		Учебная игра
26	Проект «Все сезоны года».	1	07.03.25		Практическое занятия с элементами игр
27	Проект «Все сезоны года».	1	14.03.25		Практическое занятия с элементами игр
28	Конкурс презентаций домашнего меню.	1	21.03.25		Самостоятельная творческая работа
29	Правила поведения в гостях.	1	04.04.25		Урок-беседа, групповая форма, игра
30	Особенности и правила личной гигиены.	1	11.04.25		Индивидуальная форма, мини-проект
31	Особенности и правила личной гигиены.	1	18.04.25		Урок-лекция, групповая форма, дискуссия
32	Пищевые отравления и их недопущение.	1	25.04.25		Индивидуальная форма, мини-проект
33	Надёжные помощники – гигиена и спорт.	1	16.05.25		Урок-беседа, выполнение творческих работ
34	Правильное питание – это здоровье и красота.	1	23.05.25		Урок-зачет, индивидуальная форма, решение проблемных задач
С учетом праздничных и выходных дней – 34 часа					

Список литературы:

1 Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2019,79с.

- 2 Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья/ Методическое пособие. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2019, 79с.
- 3 Этикет и сервировка праздничного стола. М., 2018 400с.
- 4 Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни: Учеб. пособие. - М.: ФЛИНТА; 2019. - 559 с.
- 5 Здоровое питание. В.Н. Шилов, В.П. Мицьо. - М.: Парус, 2018. - 224 с.
- 6 Питание как фактор формирования здоровья обучающихся /Г.П. Пешкова, В.С. Бердина, С.И. Ворошилин и др. // Матер. XIV Всерос. конгр. диетологов и нутрициологов с междунар. участием. - 2019. - С.66.

Интернет-ресурсы:

<https://www.iv.ru/>

<http://salatshop.ru/>

<http://www.takzdorovo.ru/>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726890861408610707646499642787991539916156533298

Владелец Золотова Ирина Александровна

Действителен с 17.02.2024 по 16.02.2025