***Матвеево-Курганский район, с. Новониколаевка***

***Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение***

***Новониколаевская средняя общеобразовательная школа***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Согласовано  Заместитель директора по ВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кучеренко Е.А.  подпись Ф.И.О.  31 августа 2023 года  дата |  | «УТВЕРЖДАЮ»  Приказ от 31.08.2023 № 66  Директор МБОУ Новониколаевской сош  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.В. Мышак  М.П. |

**Рабочая программа**

***внеурочной деятельности в рамках реализации ФГОС ООО***

***«Разговор о правильном питании»***

***5-6, 7 класс***

***Составитель: педагог внеурочной деятельности***

***Кокобелян С.Г.***

**2023 год**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

1. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012г. №273-ФЗ);.
2. Обновленный ФГОС : Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования”
3. утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования".
4. Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников.
5. Концепция социальное воспитания российских школьников;
6. Методические материалы по организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях, реализующих общеобразовательные программы основного общего образования.
7. Устав МБОУ Новониколаевской сош;
8. Положение о внеурочной деятельности в МБОУ Новониколаевской сош.
9. Календарный план график МБОУ Новониколаевской сош
10. План внеурочной деятельности МБОУ Новониколаевской сош на 2023-2024 уч год № 67 от 31.08.23г .
11. Программа воспитания утвержденного приказом директора школы.

**Цель программы:** формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Чтобы достигнуть поставленной цели необходимо решить следующие воспитательные и образовательные **задачи:**

* расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;
* формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
* формирование представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
* пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре, и традициям других народов. познакомить учащихся с основными понятиями и закономерностями науки о правильном и рациональном питании;
* формировать вхождение в мир физиологической и экологической культуры питания на основе знакомства с различными важнейшими процессами в организме, факторами внешней и внутренней среды, влияющими на пищеварение;
* формировать ценностные ориентации в системе моральных норм и принципов в результате воспитания экологического сознания и самосознания, бережному отношению к своему здоровью.

**Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

**Личностные результаты:**

**1. Гражданское воспитание включает:**

* формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;
* развитие культуры межнационального общения;
* формирование приверженности идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов;
* воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям; развитие правовой и политической культуры детей, расширение конструктивного участия в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;
* развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;
* формирование стабильной системы нравственных и смысловых установок− личности, позволяющих противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, коррупции, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
* разработку и реализацию программ воспитания, способствующих правовой, социальной и культурной адаптации детей, в том числе детей из семей мигрантов.

**2. Патриотическое воспитание предусматривает:**

* формирование российской гражданской идентичности;
* формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к− защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания;
* формирование умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
* развитие уважения к таким символам государства, как герб, флаг, гимн− Российской Федерации, к историческим символам и памятникам Отечества;
* развитие поисковой и краеведческой деятельности, детского познавательного туризма.

**3. Духовно-нравственное воспитание осуществляется за счет:**

* развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
* формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра;
* развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям,− в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;
* содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов;
* оказания помощи детям в выработке моделей поведения в различных трудных жизненных ситуациях, в том числе проблемных, стрессовых и конфликтных.

**4. Эстетическое воспитание предполагает:**

* приобщение к уникальному российскому культурному наследию, в том− числе литературному, музыкальному, художественному, театральному и кинематографическому;
* создание равных для всех детей возможностей доступа к культурным− ценностям;
* воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов,− проживающих в Российской Федерации; приобщение к классическим и современным высокохудожественным− отечественным и мировым произведениям искусства и литературы;
* популяризация российских культурных, нравственных и семейных− ценностей;
* сохранение, поддержки и развитие этнических культурных традиций и− народного творчества.

**5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия включает:** формирование ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;

* формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания;
* развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек;

**6. Трудовое воспитание реализуется посредством:**

* воспитания уважения к труду и людям труда, трудовым достижениям;
* формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей; развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
* содействия профессиональному самоопределению, приобщения к социально значимой деятельности для осмысленного выбора профессии.

**7. Экологическое воспитание включает:**

* развитие экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира;
* воспитание чувства ответственности за состояние природных ресурсов, умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии.

**8. Ценности научного познания подразумевает:**

* содействие повышению привлекательности науки для подрастающего поколения, поддержку научно-технического творчества детей;
* создание условий для получения детьми достоверной информации о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, повышения заинтересованности подрастающего поколения в научных познаниях об устройстве мира и общества

**Планируемые результаты освоения факультатива «Разговор о правильном питании»**

**5-6класс**

**Минимальный уровень:**

-представление о программе «Разговор о правильном питании»;

-представление о самых полезных продуктах, необходимых человеку на каждый день;

-представление о правилах гигиены питания;

-представление о нормах потребления пищи;

-представление о режиме питания;

-представление о структуре ежедневного рациона питания;

-представление о структуре ежедневного рациона питания;

-представление об энергетической ценности завтрака, правилах составления меню для завтрака;

-представление о том, как изменить вкус каши;

-представление о том из каких блюд состоит обед;

-представление о некоторых правилах поведения за столом;

-представление из каких блюд состоит полдник;

-представление как молоко влияет на организм человека;

-представление как молочные продукты влияют на организм человека;

-представление о значении ужина для здоровья человека;

-представление о роли витаминов и минеральных веществ в питании человека;

-представление какое значение имеет вода для жизни человека;

-представление о правилах восполнения энергии при интенсивных нагрузка.

**Достаточный уровень:**

-соблюдение правил поведения в кабинете;

-умение выбирать самые полезные продукты;

-соблюдение правил гигиены питания;

-соблюдение нормы потребления пищи;

-умение указать время завтрака, обеда и ужина;

-умение выбирать в рацион питания полезные продукты;

-умение выбирать в рацион питания полезные продукты;

-умение выбрать блюда для завтрака;

-умение подобрать добавки к каше;

-умение выбрать блюда для обеда;

-соблюдение некоторых правил поведения за столом;

-умение выбирать блюда для полдника;

-умение включать молоко в рацион питания;

-умение выбирать молочные продукты для полдника;

-умение подбирать блюда для ужина;

-умение выращивать репчатый лук в баночке;

-умение выбирать полезные напитки;

-умение оценивать характер ежедневной нагрузки.

**7 класс**

**Минимальный уровень:**

-представление об отдельных дисциплинах, изучающих здоровье человека;

-представление о том, как характер человека влияет на его здоровье;

-представление о вредных привычках человека;

-представление о профилактике вредных привычек;

-представление об основных питательных веществах и пищевых продуктах;

-представление о витаминах и микроэлементах в пище;

-представление о калорийности продуктов и рационе школьника;

-представление о понятии «режим питания», о режиме питания как об одном из исходных принципов правильного питания, о режиме питания школьника;

-представление о принципиальных отличиях здорового и больного человека, о режиме питания здорового и больного человека, о диетах и диетическом питании;

-представление о режиме питания в школе и дома;

-представление о пище как источнике энергии, о энергетической ценности продуктов;

-представление о калорийность пищи, об энергетических тратах организма; -о суточном расходе энергии;

-представление об обмене белков, жиров и углеводов, об энергетических тратах организма в зависимости от вида выполняемой нагрузки, представление о культуре питания, об основах этикета;

-представление о сходстве и различии домашнего и общественного питания, о системе быстрого питания.

-знание правил гигиены во время еды вне дома;

-представление о полезных и вредных перекусах;

-представление об осторожности при использовании в пищу незнакомых продуктов, а также продуктов, которые могут быть испорчены;

-представление о механизме отравлений, о первой доврачебной помощи;

-представление о магазинах – как системе общественной торговли, их видах и функциях, о системе уличной торговли – рынки, лотки, автолавки, палатки;

-представление о добавках к пище: консерванты, эмульгаторы, о сроках хранения продуктов, об упаковке;

-представление о некоторых правах и обязанностях продавца и покупателя, о законе РФ «О защите прав потребителей»;

-представление о кухонной мебели, приборах и бытовой техники, техники безопасности при пребывании на кухне;

-представление о возникновении газовой плиты и духового шкафа, холодильника;

-представление о техники безопасности при обращении электроплитой, духовым шкафом, правилах хранения продуктов в холодильнике;

-представление о правила этикета, обязанностях гостя и хозяина, о правилах сервировки стола;

-представление о понятии кулинария, кулинарных традициях и обычаях Русской кухни, о факторах, которые влияют на особенности Русской кухни;

-представление о понятии кулинария, кулинарных традициях и обычаях болгарской, японской и норвежской кухни, жителей полуостровов Ямала и Крыма;

-о факторах, которые влияют на особенности национальных кухонь;

-представление о быте и кулинарных пристрастиях первобытных людей;

-о роли собирательства у древних людей;

-об охоте и рыболовстве;

-представление о земледелии и скотоводстве, о традициях и культуре питания, о развитии кухонной утвари от древности до современности;

-представление о этапах развития русской кулинарии, об особенностях кулинарии Древней Руси;

-представление об особенностях современной русской кухни, о традиции и обычаи русских кулинаров

-представление о русской кухонной утвари (туеса, поставки, блюда и т.д.). - -о истории русской печи;

-представление о этике и эстетике кулинарного искусства;

-представление о взаимосвязи кулинарии и различных видов искусства (живописи, литературы, музыки и т.д.).

-представление о формуле правильного питания;

**Достаточный уровень:**

-умение характеризовать методы изучения здоровья человека;

-умение характеризовать целостность живого организма, взаимосвязи и взаимозависимость всех компонентов окружающей среды;

-умение воспроизводить определения здоровья, здорового образа жизни;

-умение приводить примеры взаимосвязи вредных привычек и показателей различных видов здоровья;

-умение оценивать свой образ жизни;

-умение называть основные питательные вещества и пищевые продукты;

-умение приводить примеры продуктов источников белков, жиров и углеводов;

-умение воспроизводить перечень витаминов и микроэлементов пищи;

-умение характеризовать калорийность различных продуктов;

-умение объяснять зависимость жизнедеятельности каждого организма от его рациона;

-умение объяснять зависимость жизнедеятельности каждого организма от режима питания, регулярности;

-умение характеризовать принципиальные отличия здорового и больного человека;

-умение объяснять зависимость жизнедеятельности каждого организма от режима питания, регулярности, от диетического питания;

-умение характеризовать пищу как источник энергии;

-умение приводить примеры суточного расхода энергии;

-умение характеризовать адекватность питания, его соответствия весу, росту, возрасту, образу жизни человека;

-умение характеризовать обмен белков, жиров и углеводов;

-умение объяснять зависимость энергетических затрат от различных видах деятельности;

-умение охарактеризовать особенности культуры питания;

-умение соблюдать некоторые правила этикета;

-умение находить плюсы и минусы в домашнем и общественном питании;

-соблюдение правил гигиены во время еды вне дома;

-умение приводить примеры полезных и вредных перекусов;

-умение обобщать полученные представления о преимуществах полноценного питания и вреде питания «всухомятку»;

-соблюдение осторожности при использовании в пищу незнакомых продуктов, а также продуктов, которые могут быть испорчены;

-умение объяснять механизм отравлений;

-умение оказывать первую доврачебную помощь;

-умение давать характеристику системе уличной торговли – рынки, лотки, автолавки, палатки;

-умение определять срок годности продуктов питания;

-читать и использовать информацию, приведенную на упаковке продукта;

-знаний о правах и обязанностях покупателя, поведения в сложных ситуациях, возникающих при совершении покупки;

-умение характеризовать работу службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека;

-умение характеризовать технику безопасности при пребывании на кухне;

-умение соблюдать технику безопасности при пребывании на кухне;

-знание историй возникновения бытовой техники;

-соблюдение техники безопасности при обращении электроплитой, духовым шкафом;

-умение приводить примеры правил хранения продуктов в холодильнике

-соблюдение некоторых правил этикета за столом;

-умение воспроизводить навыки сервировки стола;

-умение определять различные типы сервировки стола;

-умение приводить примеры кулинарных обычаев и традиций русской кухни;

-умение характеризовать кулинарные обычаи и традиции русской кухни;

-уметь объяснять роль национальных кухонь в обеспечении полноценным питанием жителей той или иной местности;

-умение характеризовать роль собирательства у древних людей;

-умение характеризовать охоту и рыболовство;

-умение описывать историю земледелия и скотоводства;

-приводить примеры традиционных блюд;

-умение описывать развитие кухонной утвари от древности до современности;

-умение воспроизводить знания об истории кулинарии, обычаях и традициях своей страны;

-знание о В. Похлебкине как о знатоке и исследователе русской кухни;

-умение описывать русскую кухонную утварь (туеса, поставки, блюда и т.д.);

-знание истории русской печи;

-умение характеризовать правильное питание как составляющую культуры здоровья человека;

-умение объяснять взаимосвязи кулинарии и различных видов искусства (живописи, литературы, музыки и т.д.);

-приводить примеры музыкальных произведений, произведений живописи и литературы;

-демонстрировать культурный кругозор;

-умение обобщать полученные при изучении учебного материала сведения и представлять их структурированном виде;

-умение обобщать анализируемые явления процессы в культуре и обществе.

**Содержание факультатива «Разговор о правильном питании»**

**5-6 класс**

**Раздел «Самые полезные продукты» 2 часа**

«Давайте познакомимся»

«Полезные продукты»

**Раздел «Как правильно есть»** 2 часа

«Как правильно есть»

«Как правильно есть»

**Раздел «Удивительные превращения пирожка**» 3 часа

«Удивительные превращения пирожка»

«Удивительные превращения пирожка»

«Удивительные превращения пирожка»

**Раздел «Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной?»** 3 часа

«Из чего варят каши»

«Из чего варят каши»

**Раздел «Плох обед, если хлеба нет» 2часа**

«Плох обед, коли хлеба нет»

«Плох обед, коли хлеба нет»

**Раздел «Полдник. Время есть булочки»** 3часа

«Полдник, время есть булочки»

«Полдник, время есть булочки»

«Полдник, время есть булочки»

**Раздел «Ужин»** 2часа

«Пора ужинать»

«Пора ужинать»

**Раздел «Витамины» 2часа**

«Где найти витамины весной?»

«Где найти витамины весной?»

**Раздел «Вода» 2 часа**

«Как утолить жажду»

«Как утолить жажду»

**Раздел «Сила в еде»** 2 часа

«Что надо есть, если хочешь стать сильнее»

«Что надо есть, если хочешь стать сильнее»

**Раздел «Разнообразие в питании» 3часа**

«На вкус и цвет товарищей нет»

«На вкус и цвет товарищей нет»

«На вкус и цвет товарищей нет»

**Раздел «Ягоды фрукты» 2 часа**

«Ягоды и фрукты – полезные продукты»

«Ягоды и фрукты – полезные продукты»

**Раздел «Овощи» 3 часа**

«Каждому овощу свое время»

«Каждому овощу свое время»

«Каждому овощу свое время»

**Раздел «Праздник урожая» 3часа**

«Праздник урожая»

«Праздник урожая»

«Праздник урожая»

**7класс**

**Раздел «Здоровье –это здорово» 3 часа**

«Здоровье – это здорово»

«Я и моё здоровье»

«Мой образ жизни»

**Раздел «Продукты разные нужны, продукты разные важны» 3 часа**

«Продукты разные нужны, продукты разные важны»

«О витаминах и минеральных веществах»

«О витаминах и минеральных веществах»

**Раздел «Режим питания» 3 часа**

«Режим питания»

«Диетическое питание»

«Мой режим питания»

**Раздел «Энергия пищи» 3 часа**

«Энергия пищи»

«Энергия пищи»

«Энергия пищи»

**Раздел «Где и как мы едим» 5 часов**

«Где и как мы едим»

«Где и как мы едим»

«Мы не дружим с сухомяткой»

«Путешествие и поход»

«Путешествие и поход»

**Раздел «Ты –покупатель» 3 часа**

«Где можно сделать покупку»

«Где можно сделать покупку»

«Где можно сделать покупку»

**Раздел «Ты готовишь себе и друзьям» 4 часа**

«Ты готовишь себе и друзьям»

«Помощники на кухне»

«Техника безопасности на кухне»

«Кулинарные секреты»

**Раздел «Кухни разных народов» 2 часа**

«Кулинарное путешествие»

«Кулинарный праздник»

**Раздел «Кулинарная история» 2часа**

«Первобытная кулинария»

«Кулинария в Средние века»

**Раздел «Как питались на Руси и в России» 3 часа**

«Как питались на Руси и в России»

«Как питались на Руси и в России»

«Как питались на Руси и в России»

**Раздел «Необычное кулинарное путешествие» 4 часа**

«Необычное кулинарное путешествие»

«Необычное кулинарное путешествие»

«Необычное кулинарное путешествие»

«Составляем формулу правильного питания»

Тематическое планирование

**5-6класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема урока** | **Кол- во часов** | ***теория*** | ***практика*** | **Основные направления воспитательной деятельности** |
| «Давайте познакомимся» | 1 | 1 |  | **1. Гражданское воспитание**  **2. Патриотическое воспитание**  **3. Духовно-нравственное воспитание**  **4. Эстетическое воспитание**  **5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия**  **6. Трудовое воспитание**  **7. Экологическое воспитание**  **8. Ценности научного познания** |
| «Полезные продукты» | 1 | 0,5 | 0,5 |
| «Как правильно есть» | 1 | 1 |  |
| «Как правильно есть» | 1 |  | 1 |
| «Удивительные превращения пирожка» | 1 | **1** |  |
| «Удивительные превращения пирожка» | 1 |  | 1 |
| «Удивительные превращения пирожка» | 1 |  | 1 |
| «Из чего варят каши» | 2 | 1 | 1 |
| «Из чего варят каши» | 1 |  | 1 |
| «Плох обед, коли хлеба нет» | 1 | **1** |  |
| «Плох обед, коли хлеба нет» | 1 |  | **1** |
| «Полдник, время есть булочки» | 1 | 1 |  |
| «Полдник, время есть булочки» | 1 |  | 1 |
| «Полдник, время есть булочки» | 1 |  | 1 |
| «Пора ужинать» | 2 | **1** | **1** |
| «Где найти витамины весной?» | 2 | 1 | 1 |
| «Как утолить жажду» | 2 | 1 | 1 |
| «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» | 2 | 1 | 1 |
| «На вкус и цвет товарищей нет» | 3 | 1 | 2 |
| «Ягоды и фрукты – полезные продукты» | 2 | 1 | 1 |
| «Каждому овощу свое время» | 3 | **1** | **2** |  |
| «Праздник урожая» | 3 | 1 | 2 |
| Итого | 34 | 14,5 | 19,5 |

**7 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема урока** | **Кол- во часов** | ***теория*** | ***практика*** | | | | **Основные направления воспитательной деятельности** | |
| «Здоровье – это здорово» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | | **1. Гражданское воспитание**  **2. Патриотическое воспитание**  **3. Духовно-нравственное воспитание**  **4. Эстетическое воспитание**  **5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия**  **6. Трудовое воспитание**  **7. Экологическое воспитание**  **8. Ценности научного познания** | |
| «Я и моё здоровье» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | |
| «Мой образ жизни» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | |
| «Продукты разные нужны, продукты разные важны» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | |
| «О витаминах и минеральных веществах» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | |
| «О витаминах и минеральных веществах» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | |
| «Режим питания» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | |
| «Диетическое питание» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | |
| «Мой режим питания» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | |
| «Энергия пищи» | 1 | **0,5** | **0,5** | | | |
| «Энергия пищи» | 1 | 0,5 | | | 0,5 | | |  |
| «Энергия пищи» | 1 | **0,5** | | | **0,5** | | |
| «Где и как мы едим» | 1 | **0,5** | | | **0,5** | | |
| «Где и как мы едим» | 1 | 0,5 | | | 0,5 | | |
| «Мы не дружим с сухомяткой» | 1 | 0,5 | | | 0,5 | | |
| «Путешествие и поход» | 1 | **0,5** | | | **0,5** | | |
| «Путешествие и поход» | 1 | 0,5 | | | 0,5 | | |  |
| «Где можно сделать покупку» | 1 | 0,5 | | | 0,5 | | |
| «Где можно сделать покупку» | 1 | 0,5 | | | 0,5 | | |
| «Где можно сделать покупку» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | | |
| «Ты готовишь себе и друзьям» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | | |
| «Помощники на кухне» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | | |
| «Техника безопасности на кухне» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | | |
| «Кулинарные секреты» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | | |
| «Кулинарное путешествие» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | | |
| «Кулинарный праздник» | 1 | **0,5** | **0,5** | | | | |
| «Первобытная кулинария» | 1 | 0,5 | 0,5 | | | | |
| «Кулинария в Средние века» | 1 | 0,5 | | 0,5 | |  | | |
| «Как питались на Руси и в России» | 1 | 0,5 | | 0,5 | |
| «Как питались на Руси и в России» | 1 | 0,5 | | 0,5 | |
| «Как питались на Руси и в России» | 1 | **0,5** | | **0,5** | |
| «Необычное кулинарное путешествие» | 1 | 0,5 | | 0,5 | |
| «Необычное кулинарное путешествие» | 2 | 1 | | 1 | |
| «Составляем формулу правильного питания» | 1 | **0,5** | | **0,5** | |
| Итого | 34 | **17** | | **17** | |  | | |

**Методическая литература:**

1. Аленов М. Энциклопедия живописи. М., 2004.
2. Безруких М. М.,ФилипповаТ.А.,Макеева А.Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие.-М.: Олма-Пресс,2011.
3. Безруких, Т. А. Филиппова .Формула правильного питания: Рабочая тетрадь/ - М.: Олма Медиа Групп, 2014.;
4. Безруких, Т. А. Филиппова .Формула правильного питания: Блокнот /- М.: Олма Медиа Групп, 2014;
5. Безруких М. М., Сонькин В. Д., Фарбер Д. А. Возрастная физиология./ М., 2002. 414 с.
6. Климович Ю.П.  Учимся правильно питаться. Для учителей, работающих по программе «Разговор  о правильном питании»/- Волгоград: Учитель, 2007.
7. Обухова Л. А., Лемяскина Н. А. 30 уроков здоровья: Методическое пособие/ - М.: ТЦ «Сфера», 2001.
8. Похлебкин В. В. История важнейших пищевых продуктов.**/-** М., 2000. 350 с.
9. Похлебкин В. В. Из истории русской кулинарной культуры./-М., 2004.
10. Похлебкин В. В. Тайны хорошей кухни./- М., 2001. 330 с.
11. Похлебкин В. В. Кулинарный словарь./- М., 2000. 500 с.
12. Симоненко А. Основы потребительской культуры. Пособие для учителей./- М., 2005.