

II Учебно-тематический план

№ п./п.	Тематический блок	Количество часов (в год)
1	Поговорим о продуктах	6
2	Давайте узнаем о продуктах	13
3	Поговорим о правилах этикета	6
4	Из истории русской кухни.	8
5	Итого:	33

Календарно - тематическое планирование

№	Тема занятия	Содержание и форма занятия	Дата Проведения
	Поговорим о продуктах	Общие сведения о питании и приготовлении пищи	
1	Введение. Если хочешь быть здоров.	Беседа. Рассказ о продуктах питания. Рисование.	
2	Поговорим о пище. Из чего состоит наша пища.	Исследование. Опыт	
3	Полезные и вредные привычки.	Беседа по теме. Игра.	
4	Самые полезные продукты.	Игра. Выбор полезных продуктов	
5	Как правильно составить свой рацион питания.	Путешествие в пустыню Обзор. Практическая работа «Составление меню». Игра.	
6	Как готовят пищу.	Экскурсия в столовую. Конкурс рисунков «Кухня моей семьи»	
	Давайте узнаем о продуктах	Витамины	
7	Из чего варят кашу и как сделать кашу полезной. блюда из зерна.	Исследование «Получение муки и крупы из зерна». Путешествие по дороге «Хлебной». Игра.	
8	Хлеб – всему голова.	Исследование «Ценность зёрнышка». Практическая работа «Приготовление бутерброда». Рисунки.	
9	Конкурсное занятие о хлебе. Пословицы, загадки, поговорки.	Выполнение проекта.	
10	Молоко и молочные продукты.	Беседа о производстве молока. Игра.	
11	Почему полезно есть рыбу. Рыба и рыбные блюда.	Рассказ «Дары моря». Просмотр видеофильма.	
12	Мясо и мясные блюда.	Рассказ, беседа, игра-конкурс.	
13	Неполезные продукты: сладости, чипсы, напитки (пепси, фанта и т. д.), торты, сало.	Рассказ, видеофильм, игра, анкета.	
14	Что такое овощи. Давно ли человек выращивает овощи.	Рассказ, исследование, игра.	
15	Овощи, ягоды и фрукты – самые полезные продукты.	Рассказ, исследование, загадки, раскрашивание. Практическая работа «Приготовление салатов».	
16	Малознакомые и редко используемые овощи и овощная зелень.	Рассказ, загадки, рисунки.	

17	Всякому овощу – своё время. Дары леса.	Беседа, загадки, кроссворд.	
18	Конкурс рисунков на тему «Овощи».		
19	Где найти витамины зимой и весной.	Исследование, рассказ. Опыт (выращивание лука). Приготовление салата.	
	Поговорим о правилах этикета.	Культура и гигиена питания.	
20	Как правильно есть. Режим питания.	Рассказ. Игра. Анкетирование. Ведение дневника «Что ел сегодня»	
21	Как правильно накрыть стол. Предметы сервировки стола.	Рассказ. Ролевая игра «Правила этикета». Практическая работа «Сервировка стола».	
22	Как правильно вести себя за столом.	Игра, конкурс рисунков по теме.	
23	Когда человек начал пользоваться ножом и вилкой	Рассказ. Исследование. Практическая работа «Сервировка стола»	
24	Вредные и полезные привычки в питании.	Исследование. Игра.	
25	Как правильно есть рыбу.	Рассказ. Практическая работа.	
	Из истории русской кухни.	Поговорим о кулинарных волшебниках.	
26	Щи да каша – пища наша.	Рассказ. Игра.	
27	Что готовили наши прабабушки.	Исследование.	
28	Народные праздники, их меню и здоровье.	Рассказ. Исследование. Составление меню.	
29	Урок презентация.	Проект о старинных рецептах.	
30	Кулинары, повара – волшебники.	Встреча с поварами. Исследование.	
31	Итоговое занятие «Здоровое питание – отличное настроение.	Праздник – отчёт по теме.	
32-33	Резерв		

