Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Русская средняя общеобразовательная школа

имени Героя Советского Союза М.Н. Алексеева

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.В. Колинько

приказ №217-ОД от 29.08.2019

Рабочая программа по внеурочной деятельности

«Культура здорового питания»

Уровень: основное общее образование, 5-9 классы

Учитель: Иванова Л.А.

*Количество часов на год:*

5 класс: всего 35 часов; в неделю 1 час.

6 класс: всего 35 часов; в неделю 1 час.

7 класс: всего 35 часов; в неделю 1 час.

8 класс: всего 35 часов; в неделю 1 час.

9 класс: всего 34 часа; в неделю 1 час.

Рабочая программа составлена на основе программы «Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения до 2020 года», в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, образовательной программы школы

2019-2020 учебный год

Рабочая программа выполнена в полном объёме.

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

***Личностные результаты:***

* формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
* формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
* формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
* формирование мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

***Метапредметные результаты:***

* умение самостоятельно определять цели своего обучения;
* умение ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
* учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности.
* добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
* перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся.
* преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков).
* умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
* слушать и понимать речь других.

**Предметные результаты:**

**5 класс**

- осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;

- особенности питания в летний и зимний периоды,

- основные правила питания;

- важность употребления в пищу разнообразных продуктов;

- роль витаминов в питании;

-соблюдать гигиену питания;

- выбирать продукты, в которых содержится наибольшее количество питательных веществ и витаминов.

**6 класс**

- умение готовить простейшие витаминные салат

-умение выращивать зелень в горшочках.

- развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;

- получение первоначальных представлений о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества;

**7 класс**

- усвоение знаний о важности правильного и здорового питания.

- осознание роли питания для сохранения здоровья человека-

- формирование целостного представления о культуре здорового питания;

- уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства;

1. **класс**

- овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, обеспечения сохранности продуктов труда;

-объяснение роли курса в жизни людей, места и роли человека в природе;

-применять теоретические знания в жизнедеятельности;

**9 класс**

-осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества;

- формирование целостного представления о здоровье и здоровом питании;

- уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства;

- овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности;

- подготовка доклада, презентации.

**Содержание курса внеурочной деятельности.**

**5 класс, 35 часов**

**Раздел 1**

**Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.**

Как устроен человек. Как работает организм человека. Викторина «Знаю ли я себя?»

Что такое здоровье? Что влияет на здоровье человека? Пищевые продукты и питательные вещества. Полезные и вредные продукты. Пирамида здорового питания. Режим питания.

Составление меню выходного дня. Мини-проект «Приходите на обед».

**Раздел 2**

**Алиментарно-зависимые заболевания.**

Правильно ли мы питаемся? Последствия неправильного питания. Чем страшен кариес?

Болезни неправильного питания. Что делать, чтобы не болеть? Что такое БАДы и зачем они нужны.

**Раздел 3. Физиология питания.**

Физиология питания. Путешествие пищи в организме человека. Механизм пищеварения. Обмен веществ в организме человека. Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ.

Рацион питания школьника.

**Раздел 4. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов.**

Пища наших предков. Традиции питания народов мира. Питание народов России.

Диеты. Полезные и вредные продукты. Фастфуд. Кулинарная обработка пищевых продуктов.

Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов.

**Раздел 5. Санитария и гигиена питания.**

Основные функции и правила гигиены питания.

Пищевые отравления. Правила первой помощи при пищевых отравлениях

Инфекционные и паразитарные заболевания

**6 класс, 35 часов**

**Раздел 1. Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.**

Введение. Строение тела человека - общий обзор. Системы органов. Работа систем органов.

«Что я знаю о себе?» викторина о строении тела человека. Как работает организм человека?

Что такое здоровье? Определение состояния своего здоровья. Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. Пищевые продукты и питательные вещества. Полезные и вредные продукты. Пирамида здорового питания. Режим питания. Составление меню выходного дня.

**Раздел 2. Алиментарно-зависимые заболевания.**

Алиментарно-зависимые заболевания и факторы их вызывающие. Нарушением питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний. Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний. Заболевания, связанные с неправильным питанием. Нарушение питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний. Чем страшен кариес? Что такое БАДы?

**Раздел 3. Физиология питания.**

Строение пищеварительной системы человека. Путешествие пищи в организме человека. Механизм пищеварения. Обмен веществ в организме человека. Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ. Рацион питания школьника.

**Раздел 4. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов**

Пища наших предков. Традиции питания разных народов. Питание народов России. Диеты. Полезные и вредные продукты. Фастфуд. Кулинарная обработка пищевых продуктов. Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов.

**Раздел 5. Санитария и гигиена питания**

Основные функции и правила гигиены питания. Пищевые отравления. Инфекционные заболевания. Паразитарные заболевания. Правила первой помощи при пищевых отравлениях.

**7 класс, 35 часов**

**Раздел 1. Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.**

Введение. Строение тела человека - общий обзор. Системы органов. Работа систем органов.

«Что я знаю о себе?» викторина о строении тела человека. Как работает организм человека?

Что такое здоровье? Определение состояния своего здоровья. Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. Пищевые продукты и питательные вещества. Полезные и вредные продукты. Пирамида здорового питания. Режим питания. Составление меню выходного дня.

**Раздел 2. Алиментарно-зависимые заболевания.**

Алиментарно-зависимые заболевания и факторы их вызывающие. Нарушением питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний. Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний. Заболевания, связанные с неправильным питанием. Нарушение питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний. Что такое БАДы и целесообразность их употребления?

**Раздел 3. Физиология питания.**

Что происходит с пищей в организме? Механизм пищеварения. Обмен веществ в организме человека. Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ. «Что такое правильное питание?»

**Раздел 4. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов**

Пища наших предков. Традиции питания разных народов. Питание народов России. Диеты – польза или вред.. Полезные и вредные продукты. Фастфуд. Кулинарная обработка пищевых продуктов. Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов.

**Раздел 5. Санитария и гигиена питания**

Основные функции и правила гигиены питания. Пищевые отравления. Инфекционные заболевания. Паразитарные заболевания.

**8 класс, 35 часов**

**Раздел 1. Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.**

Состояние здоровья современного человека. Режим дня. Исследовательский проект «Секреты хорошего настроения». Наука о питании – древняя и современная.Пирамида здорового питания.

Факторы, влияющие на состояние здоровья детей дошкольного и раннего школьного возраста.

Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. Особенности обменных процессов, происходящих в организме человека в соответствии с возрастными периодами.

**Раздел 2. Физиология питания.**

Механизм пищеварения и правильных характер обмена веществ в организме человека.

Расход энергии. Нормы питания. Режим питания.

**Раздел 3. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов**

Основные блюда и их значение. Продукты разные нужны, блюда разные важны – урок-диспут.

Три кита питания. Витаминная азбука. Овощи и фрукты – полезные продукты.

Аналитический проект «Каникулы – дело серьезное». Составление индивидуального меню.

Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья. Проект «Дни национальной кухни».

Создание кулинарной книги «Рецепты моей бабушки». Продукты питания в разных культурах.

Ядовитые грибы и растения. Непереносимость отдельных продуктов и блюд.

Значение жидкости для организма человека. Полезные напитки.

**Раздел 4. Санитария и гигиена питания**

Нарушение питания и факторы риска развития хронических заболеваний. Проект «Все сезоны года». Конкурс презентаций домашнего меню. Надёжные помощники – гигиена и спорт.

Правильное питание – это здоровье и красота. Особенности и правила личной гигиены.

Пищевые отравления и их недопущение.

**9 класс, 34 часа**

**Раздел 1. Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.**

Состояние здоровья современного человека. Кто ответственен за мое здоровье. Здоровье и профессия- дискуссия. Режим дня. Исследовательский проект «Тайм-менеджмент и здоровье»

Проект «Как мы реагируем на социальное влияние». Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. Особенности обменных процессов, происходящих в организме человека в соответствии с возрастными периодами**.**

**Раздел 2. Алиментарно-зависимые заболевания.**

Алиментарно-зависимые заболевания и факторы, их вызывающие.

Нарушение питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний.

Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний.

**Раздел 3. Физиология питания.**

Физиологические нормы, потребности в основных питательных веществах и энергии.

Механизмы пищеварения и правильные характер обмена веществ в организме человека.

Правила построения рационов питания для различных возрастных групп населения.

**Раздел 4. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов**

Современные тенденции развития индустрии питания в Российской Федерации и за рубежом.

Особенности питания учащихся. Лечебно-профилактическое, диетическое питание, питание в предприятиях открытой сети. Структура ассортимента продукции общественного питания.

Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов. Проект «Домашнее меню»

Конкурс презентаций «Домашнее меню».

**Раздел 5. Санитария и гигиена питания**

Нормы питания, адекватные физиологической нагрузке, возрастным и половым особенностям школьников. Всё ли полезно, что в рот полезло? – викторина. Как определить качество питания.

Как определить качество питания. Вкусная азбука. Избыточная масса тела – результат «качественного питания»? Найти волшебную диету. Культура питания: встречаем друзей.

Вкусные традиции моей семьи. Питание школьников во время подготовки к экзаменам.

Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности продуктов. Загрязнение пищевых продуктов. Допустимые нормы по показателям безопасности пищевых продуктов.

**Формы организации занятий и основные виды деятельности**

Беседы. Лекции. Практические занятия. Дискуссии. Индивидуальная работа, работа в группах, работа в парах. Проектная деятельность. Познавательная деятельность.

**Календарно-тематическое планирование**

**5 класс, 35 часов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы | Кол-во часов | Дата | |
| ***Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.*** | | | план | факт |
| 1 | Как устроен человек. | 1 | 06.09. |  |
| 2-3 | Как работает организм человека. | 2 | 13.09.  20.09. |  |
| 4 | Викторина «Знаю ли я себя?» | 1 | 27.09. |  |
| 5 | Что такое здоровье? Что влияет на здоровье человека? | 1 | 04.10. |  |
| 6 | Пищевые продукты и питательные вещества. | 1 | 11.10. |  |
| 7 | Пирамида здорового питания. Режим питания. | 1 | 18.10. |  |
| 8 | Составление меню выходного дня.  Мини-проект «Приходите на обед». | 1 | 25.10.  08.11 |  |
| 9 | Мини-проект «Приходите на обед». | 1 | 08.11 |  |
| **Алиментарно-зависимые заболевания.** | | | | |
| 10 | Правильно ли мы питаемся? | 1 | 15.11. |  |
| 11 | Последствия неправильного питания. | 1 | 22.11. |  |
| 12 | Чем страшен кариес? | 1 | 29.11. |  |
| 13 | Болезни неправильного питания. | 1 | 06.12. |  |
| 14 | Что делать, чтобы не болеть? | 1 | 13.12. |  |
| 15 | Что такое БАДы и зачем они нужны. | 1 | 20.12. |  |
| **Физиология питания** | | | | |
| 16 | Путешествие пищи в организме человека. | 1 | 27.12. |  |
| 17 | Механизм пищеварения.. | 1 | 10.01. |  |
| 18-19 | Обмен веществ в организме человека. | 2 | 17.01.  24.01 |  |
| 20 | Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ. | 1 | 31.01. |  |
| 21-22 | Рацион питания школьника | 2 | 07.02.  14.02. |  |
| **Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов** | | | | |
| 23-24 | Пища наших предков. | 2 | 21.02.  28.02. |  |
| 25 | Традиции питания народов мира. | 1 | 06.03. |  |
| 26 | Питание народов России. | 1 | 13.03. |  |
| 27-28 | Диеты. | 2 | 20.03.  03.04. |  |
| 29 | Полезные и вредные продукты. Фастфуд. | 1 | 10.04. |  |
| 30-31 | Кулинарная обработка пищевых продуктов. | 2 | 17.04.  24.04. |  |
| 32 | Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов. | 1 | 08.05. |  |
| **Санитария и гигиена питания** | | | | |
| 33 | Основные функции и правила гигиены питания. | 1 | 15.05. |  |
| 34 | Пищевые отравления. Правила первой помощи при пищевых отравлениях | 1 | 22.05. |  |
| 35 | Инфекционные и паразитарные заболевания | 1 | 29.05. |  |

**Календарно-тематическое планирование**

**6 класс, 35 часов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы | Кол-во часов | Дата | |
| ***Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.*** | | | план | факт |
| 1 | «Что я знаю о себе?» викторина о строении тела человека. | 1 | 05.09. |  |
| 2-3 | Как работает организм человека? | 2 | 12.09.  19.09. |  |
| 4 | Что такое здоровье? Определение состояния своего здоровья. | 1 | 26.09. |  |
| 5 | Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. | 1 | 03.10. |  |
| 6 | Пищевые продукты и питательные вещества. Полезные и вредные продукты. | 1 | 10.10. |  |
| 7 | Пирамида здорового питания. Режим питания. | 1 | 1710. |  |
| 8-9 | Составление меню выходного дня. | 2 | 24.10.  07.11 |  |
| **Алиментарно-зависимые заболевания.** | | | | |
| 10 | Заболевания, связанные с неправильным питанием. | 1 | 14.11. |  |
| 11 | Нарушение питания и факторы риска развития хронических заболеваний. | 1 | 21.11. |  |
| 12 | Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний. | 1 | 28.11. |  |
| 13 | Чем страшен кариес? | 1 | 05.12. |  |
| 14 | Что такое БАДы? | 1 | 12.12. |  |
| 15 | Что делать, чтобы не болеть? | 1 | 19.12. |  |
| **Физиология питания** | | | | |
| 16 | Путешествие пищи в организме человека. | 1 | 26.12. |  |
| 17 | Механизм пищеварения. | 1 | 16.01. |  |
| 18-19 | Обмен веществ в организме человека. | 2 | 23.01.  30.01 |  |
| 20 | Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ. | 1 | 06.02. |  |
| 21-22 | Рацион питания школьника | 2 | 13.02.  20.02. |  |
| **Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов** | | | | |
| 23-24 | Пища наших предков. | 2 | 27.02.  05.03. |  |
| 25 | Традиции питания народов мира. | 1 | 12.03. |  |
| 26 | Питание народов России. | 1 | 19.03. |  |
| 27-28 | Диеты- польза или вред? | 2 | 02.04.  09.04. |  |
| 29 | Полезные и вредные продукты. Фастфуд. | 1 | 16.04. |  |
| 30-31 | Кулинарная обработка пищевых продуктов. | 2 | 23.04.  30.04. |  |
| 32 | Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов | 1 | 07.05. |  |
| **Санитария и гигиена питания** | | | | |
| 33 | Основные функции и правила гигиены питания. | 1 | 14.05. |  |
| 34 | Пищевые отравления. | 1 | 21.05. |  |
| 35 | Правила первой помощи при пищевых отравлениях. | 1 | 28.05. |  |

**Календарно-тематическое планирование**

**7 класс, 35 часов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы | Кол-во часов | Дата | |
| **Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.** | | | план | факт |
| 1 | Строение тела человека - общий обзор. | 1 | 06.09. |  |
| 2 | Что я знаю об организме человека? | 1 | 13.09. |  |
| 3 | Викторина «Мой организм» | 1 | 20.09. |  |
| 4 | Что такое здоровье? Состояние здоровья современного человека. | 1 | 27.09. |  |
| 5 | Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. | 1 | 04.10. |  |
| 6 | Пищевые продукты и питательные вещества. | 1 | 11.10. |  |
| 7 | Пирамида здорового питания. Режим питания. | 1 | 18.10. |  |
| 8-9 | Составление меню выходного дня. | 2 | 25.10.  08.11 |  |
| **Алиментарно-зависимые заболевания.** | | | | |
| 10 | Заболевания, связанные с неправильным питанием. | 1 | 15.11. |  |
| 11 | Заболевания, связанные с неправильным питанием. |  | 22.11. |  |
| 12 | Нарушение питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний. | 1 | 29.11. |  |
| 13 | Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний. | 1 | 06.12. |  |
| 14 | Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний |  | 13.12. |  |
| 15 | БАДы, целесообразность их употребления. | 1 | 20.12. |  |
| **Физиология питания** | | | | |
| 16 | Что происходит с пищей в организме? | 1 | 27.12. |  |
| 17 | Механизмы пищеварения. | 1 | 10.01. |  |
| 18-19 | Обмен веществ в организме человека. | 2 | 17.01.  24.01 |  |
| 20 | Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ. | 1 | 31.01. |  |
| 21-22 | Что такое «правильное питание». | 2 | 07.02.  14.02. |  |
| **Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов** | | | | |
| 23-24 | Как питались наши предки. | 2 | 21.02.  28.02. |  |
| 25 | Традиции питания народов мира. | 1 | 06.03. |  |
| 26 | Питание народов России. | 1 | 13.03. |  |
| 27-28 | Диеты – польза и вред. | 2 | 20.03.  03.04. |  |
| 29 | Полезные и вредные продукты. Фастфуд. | 1 | 10.04. |  |
| 30-31 | Кулинарная обработка пищевых продуктов. | 2 | 17.04.  24.04. |  |
| 32 | Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов. | 1 | 08.05. |  |
| **Санитария и гигиена питания** | | | | |
| 33 | Основные функции и правила гигиены питания. | 1 | 15.05. |  |
| 34 | Пищевые отравления. | 1 | 22.05. |  |
| 35 | Инфекционные и паразитарные заболевания | 1 | 29.05. |  |

**Календарно-тематическое планирование**

**8 класс, 35 часов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы | Кол-во часов | Дата | |
| **Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.** | | | план | факт |
| 1 | Состояние здоровья современного человека | 1 | 06.09. |  |
| 2 | Режим дня. | 1 | 13.09. |  |
| 3 | Исследовательский проект «Секреты хорошего настроения». | 1 | 20.09. |  |
| 4 | Наука о питании – древняя и современная. | 1 | 27.09. |  |
| 5 | Пирамида здорового питания. | 1 | 04.10. |  |
| 6 | Факторы, влияющие на состояние здоровья детей | 1 | 11.10. |  |
| 7 | Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. | 1 | 18.10. |  |
| 8-9 | Особенности обменных процессов, происходящих в организме человека в соответствии с возрастом. | 2 | 25.10.  08.11 |  |
| **Физиология питания** | | | | |
| 10 | Механизм пищеварения и правильных характер обмена веществ в организме человека. | 1 | 15,11. |  |
| 11 | Расход энергии. Нормы питания. Режим питания. | 1 | 22.11. |  |
| **Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов** | | | | |
| 12 | Основные блюда и их значение.. | 1 | 29.11. |  |
| 13 | Продукты разные нужны, блюда разные важны. | 1 | 06.12. |  |
| 14 | Три кита питания. | 1 | 13.12. |  |
| 15 | Витаминная азбука. | 1 | 20.12. |  |
| 16-17 | Овощи и фрукты – полезные продукты. | 2 | 27.12.  10.01. |  |
| 18 | Аналитический проект «Каникулы – дело серьезное» | 1 | 17.01. |  |
| 19-20 | Составление индивидуального меню. | 2 | 24.01.  31.01. |  |
| 21 | Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья. | 1 | 07.02. |  |
| 22 | Проект «Дни национальной кухни». | 1 | 14.02. |  |
| 23 | Создание кулинарной книги «Рецепты моей бабушки». | 1 | 21.02. |  |
| 24 | Продукты питания в разных культурах. | 1 | 28.02. |  |
| 25 | Ядовитые грибы и растения. | 1 | 06.03. |  |
| 26 | Непереносимость отдельных продуктов и блюд. | 1 | 13.03. |  |
| 27 | Значение жидкости для организма человека. Полезные напитки. | 1 | 20.03. |  |
| **Санитария и гигиена питания** | | | | |
| 28 | Нарушение питания и факторы риска развития хронических заболеваний. | 1 | 03.04. |  |
| 29 | Проект «Все сезоны года». | 1 | 10.04. |  |
| 30 | Конкурс презентаций домашнего меню. | 1 | 17.04. |  |
| 31 | Надёжные помощники – гигиена и спорт. |  | 24.04. |  |
| 32 | Правильное питание – это здоровье и красота. |  | 08.05. |  |
| 33-34 | Особенности и правила личной гигиены. |  | 15.05.  22.05. |  |
| 35 | Пищевые отравления и их недопущение. |  | 29.05. |  |

**Календарно-тематическое планирование**

**9 класс, 34 часа**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы | Кол-во часов | Дата | |
| **Введение. Здоровье человека и основы правильного питания*.*** | | | план | факт |
| 1 | Состояние здоровья современного человека. | 1 | 06.09. |  |
| 2-3 | Кто ответственен за мое здоровье. | 2 | 13.09.  20.09. |  |
| 4 | Здоровье и профессия- дискуссия. | 1 | 27.09. |  |
| 5 | Режим дня. Исследовательский проект. | 1 | 04.10. |  |
| 6 | Проект «Как мы реагируем на социальное влияние» | 1 | 11.10. |  |
| 7 | Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. | 1 | 18.10. |  |
| 8-9 | Особенности обменных процессов, происходящих в организме человека | 2 | 25.10.  08.11 |  |
| **Алиментарно-зависимые заболевания.** | | | | |
| 10 | Алиментарно-зависимые заболевания и факторы, их вызывающие. | 1 | 15.11. |  |
| 11 | Нарушение питания и факторы риска развития хронических заболеваний. |  | 22.11. |  |
| 12 | Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний. | 1 | 29.11. |  |
| **Физиология питания** | | | | |
| 13 | Физиологические нормы, потребности в основных питательных веществах и энергии. | 1 | 06.12. |  |
| 14 | Механизмы пищеварения и правильные характер обмена веществ в организме. | 1 | 13.12. |  |
| 15 | Правила построения рационов питания для различных возрастных групп. | 1 | 20.12. |  |
| **Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов** | | | | |
| 16 | Современные тенденции развития индустрии питания в РФ и за рубежом. | 1 | 27.12. |  |
| 17 | Особенности питания учащихся. | 1 | 10.01. |  |
| 18 | Лечебно-профилактическое и диетическое питание. | 1 | 17.01. |  |
| 19 | Структура ассортимента продукции общественного питания. | 1 | 24.01. |  |
| 20 | Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов. | 1 | 31.01. |  |
| 21 | Проект «Домашнее меню» | 1 | 07.02. |  |
| 22 | Конкурс презентаций «Домашнее меню» | 1 | 14.02. |  |
| **Санитария и гигиена питания** | | | | |
| 23 | Нормы питания, адекватные физиологической нагрузке, возрастным и половым особенностям школьников. | 1 | 21.02. |  |
| 24 | Всё ли полезно, что в рот полезло? – викторина. | 1 | 28.02. |  |
| 25 | Как определить качество питания. | 1 | 06.03. |  |
| 26 | Как определить качество питания. | 1 | 13.03 |  |
| 27 | Вкусная азбука. | 1 | 20.03. |  |
| 28 | Избыточная масса тела – результат «качественного питания»? | 1 | 03.04. |  |
| 29 | Найти волшебную диету. | 1 | 10.04. |  |
| 30 | Культура питания: встречаем друзей. | 1 | 17.04. |  |
| 31 | Вкусные традиции моей семьи. | 1 | 24.04. |  |
| 32 | Питание школьников во время подготовки к экзаменам. | 1 | 08.05. |  |
| 33 | Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности продуктов. | 1 | 15.05. |  |
| 34 | Загрязнение пищевых продуктов. Допустимые нормы по показателям безопасности пищевых продуктов | 1 | 22.05. |  |

\

Лист корректировки рабочей программы по внеурочной деятельности

«Культура здорового питания» 5 класс, учитель Иванова Л.А.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | № урока по плану в разделе | Тема урока | Дата урока | | Причина (приказ) |
| по плану | факт |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |

Лист корректировки рабочей программы по внеурочной деятельности

«Культура здорового питания» 6 класс, учитель Иванова Л.А.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | № урока по плану в разделе | Тема урока | Дата урока | | Причина (приказ) |
| по плану | факт |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |

Лист корректировки рабочей программы по внеурочной деятельности

«Культура здорового питания»7 класс, учитель Иванова Л.А.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | № урока по плану в разделе | Тема урока | Дата урока | | Причина (приказ) |
| по плану | факт |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |

Лист корректировки рабочей программы по внеурочной деятельности

«Культура здорового питания» 8 класс, учитель Иванова Л.А.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | № урока по плану в разделе | Тема урока | Дата урока | | Причина (приказ) |
| по плану | факт |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |

Лист корректировки рабочей программы по внеурочной деятельности

«Культура здорового питания» 9 класс, учитель Иванова Л.А.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | № урока по плану в разделе | Тема урока | Дата урока | | Причина (приказ) |
| по плану | факт |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |

Рассмотрена и рекомендована к

**утверждению педагогическим** советом

от 29.08.2019 протокол №1

|  |  |
| --- | --- |
| Согласовано:  Протокол заседания методического объединения  учителей предметников  от 29.08.2019 № 1  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Сикоренко И.В. | Согласовано:  Заместитель директора по учебной работе  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойко Л.А.  29.08.2019 |