Муниципальная бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 2 пгт. Шахтерск Углегорского городского округа Сахалинской области

Приложение к разделу 3

основной образовательной программы

начального основного образования

МБОУ СОШ № 2 пгт. Шахтерск

(от 14.07.2022 № 01-18-97)

Принята на заседании

педагогического совета

Протокол № 1 от 30.08.2022

Утверждена приказом

МБОУ СОШ № 2

№ 01-08-97 от 14.07.2022

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности

**«Разговор о правильном питании» для 1 – 4 классов**

Информационно-

просветительские занятия патриотической, нравственной и экологической направленности

Срок реализации 4 года

2022 г.

Программа «Разговор о правильном питании» составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО на основе Программ: «Разговор о правильном питании» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп), «Две недели в лагере здоровья» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп), «Формула правильного питания» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп).

Содействие здоровому образу жизни, создание условий для активизации субъективной позиции ребенка, формирование культуры питания, готовность поддерживать свое здоровье в оптимальном состоянии – одна из первоочередных задач процесса воспитания.

 В настоящее время в России в связи с глубоким общественно-экономическим кризисом произошло резкое снижение показателей здоровья и социальной защищенности детей. Это привело, в частности, к тому, что на этапе поступления в школу, как показывают обобщенные данные последних лет, в среднем 28% детей имеют хронические заболевания.

 Данные научных  исследований показывают, что здоровье зависит от следующих факторов: медицинского обслуживания, наследственности, экологии и образа жизни.

Следовательно, одна из основных задач учебного процесса – это сохранение здоровья детей, формирование у школьников потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение мотивации к этому.

Воспитание здорового школьника – проблема общегосударственная, комплексная и её первоочередной задачей является выделение конкретных аспектов, решение которых возложено на учителя. Педагог должен квалифицированно проводить профилактическую работу по предупреждению различных заболеваний, связанных с неправильным питанием. В этой связи уместно привести слова знаменитого педагога В.А. Сухомлинского « Опыт убедил нас в том, что приблизительно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учёбе – плохое состояние здоровья, какое–нибудь недомогание или заболевание, чаще всего совершенно незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца, врача и учителя».

Наметившаяся во всём мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию образовательно – оздоровительных программ.

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время наблюдается увеличение числа больных детей по стране, по региону. Необходимо формировать ЗОЖ, начиная с раннего возраста.

Практическая значимость состоит в том, что отношение к окружающей действительности формируется в совместной деятельности учителя и учащихся, а нормы нравственного поведения «выращиваются» с начальной школы.

Цель программы- воспитание у детей культуры питания, осознания ими здоровья как главной человеческой ценности.

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

* формирование и развитие представления школьников о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
* формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укрепления здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
* освоение детьми практических навыков рационального питания;
* формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
* информирование школьников о народных традициях, связанных 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;
* развитие творческих способностей и кругозора детей, их интересов и познавательной деятельности;
* развитие коммуникативных навыков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;

 Преимущество программы заключается в том, что его материал носит практико-ориентированный характер, актуален для детей. Всё, что они узнают и чему учатся на занятиях, они могут применить дома и в гостях уже сегодня.

Программа «Разговор о правильном питании» предполагает активное участие и максимальное вовлечение детей начальных классов в поисковую работу, в отработку знаний, навыков в определении продуктов правильного питания, понятий о витаминном составе продуктов, целесообразности трёхразового полноценного питания, расширение представлений о многообразии фруктов и овощей своего региона.

 Программа носит интерактивный характер, стимулирующий непосредственное участие школьников в процессе обучения, пробуждающий интерес и желание соблюдать правила питания и заботиться о собственном здоровье. Для организации процесса обучения используются различные типы игр (ролевые, ситуационные), создание проектов, проведение мини-тренингов, дискуссий. Большое значение уделяется самостоятельной творческой деятельности школьников (поиску новой информации, подготовке заданий и т.д.).

 Одно из важнейших условий эффективного проведения программы— поддержка родителей. Поэтому в «Разговоре о правильном питании» часть заданий ориентирована на совместную деятельность детей и взрослых. Родители также участвуют в подготовке и проведении различных мероприятий — праздников, конкурсов, викторин.

 В ходе изучения программы используются разнообразные формы и методы, обеспечивающие непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующие их интерес к изучаемому материалу, дающие возможность проявить свои творческие способности. Содержание программы, а также используемые формы и методы её реализации носят игровой характер, развивают познавательный интерес к проблеме питания и формирования ЗОЖ, что наиболее соответствует возрастным особенностям детей, обеспечивает условия для активного включения их в процесс обучения и стимулирует активное присвоение предъявляемых ценностных нормативов и навыков. Поскольку игра является ведущей деятельностью для младших школьников, то и игровые методы являются основой организации обучения по программе. Можно выделить несколько типов игр, комбинация которых обеспечит эффективность процесса обучения: сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Личностные результаты:

• проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания;

• овладение установками, нормами и правилами правильного питания;

• готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания;

• умение ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания;

• умение сознательно выбирать наиболее полезные ценностно-смысловые установки обучающихся, формируемые средствами различных предметов в рамках программы «Разговор о правильном питании», в том числе развитие представления об адекватности питания, его соответствия росту, весу, возрасту, образу жизни человека.

Метапредметные результаты:

Коммуникативные УУД

• использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач;

• построение монологического высказывания (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой);

• владение диалогической формой коммуникации, используя, в том числе, и инструменты ИКТ и дистанционного общения.

• формулирование собственного мнения;

• умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

• умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

• понимание возможности существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих сего собственной;

• умение ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.

Регулятивные УУД

• понимание выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

• планирование своих действий в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;

• принятие установленных правил в планировании и контроль способа решения;

осуществление итогового и пошагового контроля по результату (в случае работы в интерактивной среде пользоваться реакцией среды решения задачи);

* умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
* самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в выполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Познавательные УУД

• осуществление поиска необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе в контролируемом пространстве Интернета;

• осуществление записи (фиксации) выборочной информации об окружающем мире и себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;

• построение сообщения в устной и письменной форме;

• смысловое восприятие художественных и познавательных текстов, выделение существенной информации из сообщений разных видов (в первую очередь текстов);

• осуществление анализа объектов с выделением существенных и несущественных признаков;

• осуществление сравнения и классификации на основе самостоятельного выбора оснований и критериев для указанных логических операций;

• установление причинно-следственных связей в изучаемом круге явлений;

• построение рассуждений в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах, связях;

• выделение существенных признаков и их синтеза.

Предметные результаты• знание детей об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в рационе питания;

• навыки самостоятельной оценки своего рациона с учётом собственной физической активности;

• умение самостоятельно выбирать продукты, в которых содержится наибольшее количество питательных веществ и витаминов;

• знания детей об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме;

• навыки, связанные с этикетом в области питания;

• умение самостоятельно оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личной активности, корректировать несоответствия.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**«Разговор о правильном питании»**

Выполнение программы рассчитано на четырёхлетний срок обучения, 1 занятие (40 мин) каждую неделю.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** **п⁄п**  | **Раздел**  | **1** **класс**  |  | **2** **класс**  | **3****класс**  | **4****класс**  |
| **1.**  | **Разнообразие питания**  | **2**  |  | **2**  | **2**  | **2**  |
| **2.**  | **Гигиена питания и приготовление пищи**  | **5**  |  | **6**  | **6**  | **7**  |
| **3.**  | **Этикет**  | **4**  |  | **4**  | **4**  | **3**  |
| **4.**  | **Рацион питания**  | **3**  |  | **3**  | **3**  | **3**  |
| **5.**  | **Из истории русской кухни.**  | **2**  |  | **2**  | **2**  | **2**  |
| **Итого**  |  | **16**  | **17**  |  **17** |  **17**  |

***Разнообразие питания (8 ч)***

Из чего состоит наша пища. Что нужно есть в разное время года. Как правильно питаться, если занимаешься спортом. Что надо есть, если хочешь стать сильнее. Самые полезные продукты. Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты. Где найти витамины весной? Каждому овощу своё время. Особенности национальной кухни. Конкурс проектов «Витаминная семейка». Малознакомые и редко используемые овощи и овощная зелень. Витамины. Сезонные гиповитаминозы и их профилактика. Викторина «Чиполлино и его друзья».

***Гигиена питания и приготовление пищи (24 ч)***

Гигиена школьника. Здоровье – это здорово! Где и как готовят пищу. Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен. Продукты быстрого приготовления. Всё ли полезно, что в рот полезло. Всегда ли нужно верить рекламе? Вредные и полезные привычки в питании. Неполезные продукты: сладости, чипсы, напитки, торты. Полезные напитки. Ты – покупатель.

***Этикет (15 ч)***

Правила поведения в столовой. Как правильно накрыть стол. Предметы сервировки стола. Как правильно вести себя за столом. Как правильно есть. На вкус и цвет товарищей нет! Кухни разных народов. Как питались на Руси и в России? За что мы скажем поварам спасибо. Необычное кулинарное путешествие.

Правила поведения в гостях. Когда человек начал пользоваться ножом и вилкой.

Вкусные традиции моей семьи.

***Рацион питания (12 ч)***

Молоко и молочные продукты. Блюда из зерна. Какую пищу можно Блюда из зерна. Какую пищу можно найти в лесу. Что и как приготовить из рыбы. Дары моря. Плох обед, если хлеба нет. Из чего варят кашу, и как сделать кашу вкуснее. Если хочется пить. Значение жидкости для организма человека. Бабушкины рецепты. Хлеб всему голова. Мясо и мясные блюда. Вкусные и полезные угощения. Составляем меню на день.

***Из истории русской кухни (8ч)***

***Примерная тематика родительских собраний:***

«Правильное питание – залог здоровья»

«Здоровая пища для всей семьи».

«Учите детей быть здоровыми».

«Полноценное питание ребёнка и обеспечение организма всем необходимым».

«Формирование здорового образа жизни младших школьников».

«Режим питания школьника».

«Основные принципы здорового питания школьников».

«Рецепты правильного питания для детей».

«Вредные для здоровья продукты питания».

«При ослаблении организма принимайте витамины».

**Содержание программы кружка «Разговор о правильном питании»**

**1-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание | Теория | Практика |
| 1. Разнообразие питания. | Знакомство с программой. Беседа.  | Экскурсия в столовую. |
| 2. Самые полезные продукты | Беседа « Какие продукты полезны и необходимы человеку». Учимся выбирать самые полезные продукты. | Работа в тетрадях, сюжетно-ролевые игры, экскурсии в магазин. |
| 3. Правила питания. | Формирование у школьников основных принципов гигиены питания. | Работа в тетрадях, оформление плаката с правилами питания. |
| 4. Режим питания. | Важность регулярного питания. Соблюдение режима питания. | Сюжетно-ролевая игра, соревнование, тест, демонстрация удивительного превращения пирожка |
| 5. Завтрак | Беседа «Из чего варят кашу». Различные варианты завтрака. | Игры, конкурсы, викторины. Составление меню завтрака. |
| 6. Роль хлеба в питании детей | Беседа «Плох обед, если хлеба нет». Рацион питания, обед. | Игры, викторины, конкурсы. Составление меню обеда. |
| 7. Проектная деятельность. | Определение тем и целей проекта, формы организации, разработка плана проекта. | Выполнение проектов по теме «Плох обед, если хлеба нет». |
| 8. Подведение итогов работы. |  | Творческий отчет вместе с родителями. |

**Содержание программы кружка «Разговор о правильном питании»**

**2-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание | Теория | Практика |
| 1. Вводное занятие | Повторение правил питания | Ролевые игры |
| 2. Путешествие по улице «правильного питания». | Знакомство с вариантами полдника | Игра, викторины |
| 3. Молоко и молочные продукты. |  Значение молока и молочных продуктов | Работа в тетрадях, составление меню.Конкурс-викторина |
| 4. Продукты для ужина. | Беседа «Пора ужинать»Ужин, как обязательный компонент питания | Составление меню для ужина. Оформление плаката «Пора ужинать».Ролевыен игры |
| 5. Витамины. | Беседа «Где найти витамины в разные времена года». | Составление и отгадывание кроссвордов, практическая работа ролевые игры. |
| 6. Вкусовые качества продуктов. | Беседа «На вкус и цвет товарища нет». | Практическая работа по определению вкуса продуктов. Ролевые игры  |
| 7. Значение жидкости в организме. | Беседа «Как утолить жажду» Ценность разнообразных напитков. | Работа в тетрадях. Ролевые игры. Игра – демонстрация «Из чего готовят соки» |
| 8. Разнообразное питание. | Беседа «Что надо есть, чтобы стать сильнее». Высококалорийные продукты. | Работа в тетрадях, составление меню второго завтрака в школе, ролевые игры. |
| 9. Овощи, ягоды, фрукты – витаминные продукты. | Беседа «О пользе витаминных продуктов».Значение витаминов и минеральных веществ в питании человека. | КВН «Овощи, ягоды, фрукты самые витаминные продукты». Каждому овощу свое время. Ролевые игры. |
| 10. Проведение праздника «Витаминная страна». |  | Конкурсы, ролевые игры. |
| 11. Семейное творческое содружество детей и взрослых. Проект «Самый полезный продукт». |  |  |
| 12. Подведение итогов. |  | Отчет о проделанной работе. |

**Содержание программы кружка «Разговор о правильном питании»**

**3-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание | Теория  | Практика |
| 1. Вводное занятие. | Обобщение имеющихся знаний об основах рационального питания | Знакомство с рабочей тетрадью « Две недели в лагере здоровья» |
| 2. Состав продуктов. | Беседа «Из чего состоит пища». Основные группы питательных веществ | Оформление дневника здоровья. Составление меню. Оформление стенгазеты «Из чего состоит наша пища». |
| 3. Питание в разное время года | Беседа «Что нужно есть в разное время года» Блюда национальной кухни | Ролевые игры. Составление меню. Конкурс кулинаров. |
| 4. Как правильно питаться, если занимаешься спортом. | Беседа «Что надо есть, если хочешь стать сильнее». Рацион собственного питания. | Дневник «Мой день». Конкурс «Мама папа я - спортивная семья». |
| 5. Приготовление пищи  | Беседа « Где и как готовят пищу» Устройство кухниПравила гигиены. | Экскурсия на кухню в школьной столовой . Ролевые игры. Конкурс «Сказка, сказка, сказка». |
| 6. В ожидании гостей. | Беседа «Как правильно накрыть стол» Столовые приборы | Ролевые игры. Конкурс «Салфеточка». |
| 7. Молоко и молочные продукты | Беседа «Роль молока в питании детей». Ассортимент молочных продуктов. | Игра -исследование «Это удивительное молоко». Игра «Молочное меню». Викторина. |
| 8. Блюда из зерна | Полезность продуктов , получаемых из зерна. Традиционные народные блюда из продуктов, получаемых из зерна.  | Ролевые игры. Конкурс «Хлебопеки». Праздник «Хлеб всему голова». |
| 9. Проект «Хлеб всему голова» |  |  |
| 10. Творческий отчет. |  |  |

**Содержание программы кружка «Разговор о правильном питании»**

**4-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание |  Теория | Практика |
| 1 Вводное занятие | Повторение правил питания | Ролевые игры |
| 2.Растительные продукты леса | Беседа: «Какую пищу можно найти в лесу» Правила поведения в лесу. Правила сбора грибов и ягод.  | Работа в тетрадях. Отгадывание кроссворда.Игра « Походная математика»Игра – спектакль « Там на неведомых дорожках» |
| 3.Рыбные продукты | Беседа «Что и как можно приготовить из рыбы» Важность употребления рыбных продуктов. | Работа в тетрадяхЭстафета поваров« Рыбное меню»Конкурс рисунков « В подводном царстве»Конкурс пословиц и поговорок» |
| 4.Дары моря | Беседа о морепродуктах. Блюда из морепродуктов Знакомство с обитателями моря. | Работа в тетрадях. Викторина« В гостях у Нептуна» |
| 5.Кулинарное путешествие по России» | Знакомство с традициями питания регионов, историей быта своего народа | Работа в тетрадяхКонкурс – рисунков «Вкусный маршрут»Игра – проект « кулинарный глобус» |
| 6 Рацион питания | Рассмотреть проблему « Что можно приготовить,если выбор продуктов ограничен» | Работа в тетрадях .« Моё недельное меню»Конкурс « На необитаемом острове» |
| 7.Правила поведения за столом  | Беседа « Как правильно вести себя за столом». Знакомство со стихотворением « Назидание о застольном невежестве» | Работа в тетрадях.Сюжетно – ролевые игры. |
| 8.Накрываем стол для родителей |  |  |
| 9.Проектная деятельность. | Определение тем и целей проектов, форм их организацииРазработка планов работы, составление плана консультаций с педагогом | Выполнение проектов по теме«\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»Подбор литературы.Оформление проектов. |
| 10.Подведение итогов работы |  |  |

 **Календарно-тематическое планирование «Разговор о правильном питании»**

**1-й год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| п/п | Содержание занятия | Всего часов | Дата |
| 1 | Если хочешь быть здоров | 1 |  |
| 2 | Из чего состоит наша пища | 1 |  |
| 3 | Полезные и вредные привычки | 1 |  |
| 4 | Самые полезные продукты | 1 |  |
| 5 | Как правильно есть (гигиена питания) | 1 |  |
| 6 | Удивительное превращение пирожка | 1 |  |
| 7 | Твой режим питания | 1 |  |
| 8 | Из чего варят каши | 1 |  |
| 9 | Плох обед, коли хлеба нет | 1 |  |
| 10 | Пора ужинать | 1 |  |
| 11 | Почему полезно есть рыбу | 1 |  |
| 12 | Мясо и мясные блюда | 1 |  |
| 13 | Где найти витамины зимой и весной | 1 |  |
| 14 | Как утолить жажду | 1 |  |
| 15 | Что надо есть – если хочешь стать сильнее | 1 |  |
| 16 | Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты | 1 |  |
| 17 | Народные праздники, их меню | 1 |  |

**Календарно-тематическое планирование кружка «Разговор о правильном питании»**

**2-й год обучения.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| п/п | Содержание занятий. | Всего часов | Дата |
| 1.  | Путешествие по улице правильного питания. | 1 |  |
| 2. | Оформление плаката молоко и молочные продукты. | 1 |  |
| 3. | Изготовление книжки-самоделки «Кладовая народной мудрости» | 1 |  |
| 4. | Практическая работа как приготовить бутерброды | 1 |  |
| 5. | Практическая работа. Составление меню для ужина. | 1 |  |
| 6. | Морепродукты. | 1 |  |
| 7. | Практическая работа «Из чего приготовлен сок?» | 1 |  |
| 8. | Игра «Посещение музея воды» | 1 |  |
| 9. | Праздник чая | 1 |  |
| 10 | Практическая работа « Меню спортсмена» | 1 |  |
| 11 | Практическая работа «Мой день» | 1 |  |
| 12. | Практическая работа «Изготовление витаминного салата» | 1 |  |
| 14. | КВН «Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты» | 1 |  |
| 15. | Оформление плаката «Витаминная страна» | 1 |  |
| 17. | Посадка лука. | 1 |  |

**Календарно-тематическое планирование кружка «Разговор о правильном питании»**

**3-й год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| п/п | Содержание занятий | Всего часов | Дата |
| 1. | Что нужно есть в разное время года | 1 |  |
| 2. | Оформление дневника здоровья | 1 |  |
| 3. | Выпуск стенгазеты о составе нашей пищи | 1 |  |
| 4. | Игра «В гостях у тетушки Припасихи» | 1 |  |
| 5. | Конкурс кулинаров | 1 |  |
| 6. | Где и как готовят пищу | 1 |  |
| 7. | Экскурсия в столовую. | 1 |  |
| 8. | Конкурс «Сказка, сказка, сказка». | 1 |  |
| 9 | Как правильно накрыть стол. | 1 |  |
| 10 | Блюда из зерна | 1 |  |
| 11 | Путь от зерна к батону | 1 |  |
| 12 | Конкурс «Венок из пословиц» | 1 |  |
| 13 | Игра – конкурс «Хлебопеки» | 1 |  |
| 14 | Выпуск стенгазеты | 1 |  |
| 15 | Праздник «Хлеб всему голова» | 1 |  |
| 16 | Экскурсия на хлебо комбинат | 1 |  |
| 17 | Оформление проекта « Хлеб - всему голова» | 1 |  |

**Календарно – тематическое планирование «Разговор о правильном питании»**

**4-й год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п |  Содержание занятия | Всего часов | Дата |
| 1. | Какую пищу можно найти в лесу. | 1 |  |
| 2. | Лекарственные растения | 1 |  |
| 3. | Игра – приготовить из рыбы. | 1 |  |
| 4. | Конкурсов рисунков «В подводном царстве» | 1 |  |
| 5. | Эстафета поваров | 1 |  |
| 6. | Конкурс половиц поговорок  | 1 |  |
| 7. | Дары моря. | 1 |  |
| 8. | Экскурсия в магазин морепродуктов | 1 |  |
| 9. | Оформление плаката « Обитатели моря» | 1 |  |
| 10. | Викторина « В гостях у Нептуна» | 1 |  |
| 11. | Меню из морепродуктов | 1 |  |
| 12. | Кулинарное путешествие по России. | 1 |  |
| 13. | Традиционные блюда нашего края | 1 |  |
| 14. | Практическая работа по составлению меню | 1 |  |
| 15. | Конкурс рисунков « Вкусный маршрут» | 1 |  |
| 16. | Игра – проект « Кулинарный глобус» | 1 |  |
| 17. | Праздник « Мы за чаем не скучаем» | 1 |  |