

### 3.3. Разговор о правильном питании.

#### Разговор о правильном питании. 5 класс.

#### 1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 5 класс.

##### Личностные результаты.

- расширение и углубление знаний учащихся о культуре питания;
- принятие учащимися правил здорового образа жизни;
- формирование бережного отношения к своему организму, представления о том, что вредно и что полезно для здоровья;
- развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.

##### Метапредметные результаты:

- умение сохранять заданную цель;
- развитие умения планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, учитывать характер сделанных ошибок;
- формирование умения ориентироваться в разнообразных способах решения жизненных ситуаций, стремиться к сотрудничеству;
- умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме и письменной;
- умение устанавливать контакт со сверстниками;
- эмоционально – позитивное отношение к процессу сотрудничества;
- умение слушать собеседника; обращаться за помощью в случае затруднения к старшим;
- понимание возможности различных позиций и точек зрения на предмет или вопрос;
- способность строить понятные для партнера высказывания;
- умение с помощью вопросов получать необходимые сведения от партнера по деятельности;

##### Предметные результаты:

- развитие познавательной активности и интереса у учащихся к изучению данной темы;
- приобретение знаний и навыков рационального и правильного питания;
- формирование осознанного стремление выполнять правила здорового питания (что полезно для питания, а что ему вредит);
- умение находить в библиотеке, читать и обсуждать книги по заданной тематике;
- формирование мотивации к проектной, научно- исследовательской работе;
- овладение начальными формами исследовательской деятельности;
- познакомиться с традициями русской кухни;
- поиск и выделение необходимой информации.

#### 2. Содержание курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 5 класс.

##### I. Давайте знакомиться

1. Знакомство с героями
2. В Лагере Здоровья

Директор школы  
Качинова И.В.



Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **II. Из чего состоит наша пища**

1. Питательные вещества и их роли для организма человека
2. Рациональное питание. Составление меню

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **III. Здоровье в порядке – спасибо зарядке**

1. Комплекс упражнений для утренней зарядки.
2. Роль физической активности в укреплении здоровья, развитии силы и выносливости

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **IV. Закаляйся, если хочешь быть здоров**

1. Закаливание. Правила закаливания воздухом
2. Закаливание. Правила закаливания водой

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **V. Как правильно питаться, если заниматься спортом**

1. Зависимость рациона питания от физической активности человека
2. «Пищевая тарелка» спортсмена

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **VI. Где и как готовят пищу**

1. Кухня. Техника безопасности
2. Экскурсия на кухню в школьной столовой

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **VII. Блюда из зерна**

1. О продуктах и блюдах, приготавливаемых из зерна
2. Блюда из зерна. Составление меню

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **VIII. Молоко и молочные продукты.**

1. Молочные продукты и их польза
2. Викторина «Все из молока»

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **IX. Что можно есть в походе**

1. Блюда из дикорастущих растений. Растения Бавлинского района
2. Кроссворды «Дикорастущие растения»

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **X. Вода и другие полезные напитки**

1. Вода, питьевой режим
2. Полезные напитки, источники питьевой воды

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

## **XI. Что и как можно приготовить из рыбы**

1. О пользе и значении рыбных блюд
2. Рыбное меню. Рыбы водоемов нашего края

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

### **XII. Дары моря**

1. Морепродукты
2. Подготовка и защита проектов «День Нептуна».

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

### **XIII. Кулинарное путешествие по России**

1. Кулинарные традиции и обычаи народов России
2. Кулинарные традиции и обычаи народов Татарстана
3. Традиционная русская и татарская кухни

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

### **XIV. Спортивное путешествие по России**

1. Национальные спортивные игры

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

### **XV. Олимпиада здоровья**

1. Олимпиадные задания о ЗОЖ

Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.

### **XVI. Проекты «Дневник физического развития»**

1. Проекты «Дневник физического развития»
2. Защита проектов «Дневник физического развития»

### **XVII. Итоговое повторение**

1. Поле чудес «Будь здоров»

## **3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 5 класс.**

<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
Давайте знакомиться	2
Из чего состоит наша пища	2
Здоровье в порядке - спасибо зарядке	2
Закаляйся, если хочешь быть здоров	2
Как правильно питаться, если занимаешься спортом	2
Где и как готовят пищу	2
Блюда из зерна	2
Молоко и молочные продукты	2
Что можно есть в походе	2
Вода и другие полезные напитки	2
Что и как можно приготовить из рыбы	2
Дары моря	2
Кулинарное путешествие по России	3
Спортивное путешествие по России	2
Олимпиада здоровья	2
Проекты «Дневник физического развития»	2
Итоговое повторение	1
<b>Итого:</b>	<b>34</b>

## **Разговор о правильном питании. 6 класс.**

## **1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 6 класс.**

### **Личностные результаты.**

- расширение и углубление знаний учащихся о культуре питания;
- принятие учащимися правил здорового образа жизни;
- формирование бережного отношения к своему организму, представления о том, что вредно и что полезно для здоровья;
- развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;

### **Метапредметные результаты:**

- умение сохранять заданную цель;
- развитие умения планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, учитывать характер сделанных ошибок;
- формирование умения ориентироваться в разнообразных способах решения жизненных ситуаций, стремиться к сотрудничеству;
- умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме и письменной;
- умение устанавливать контакт со сверстниками;
- эмоционально – позитивное отношение к процессу сотрудничества;
- умение слушать собеседника; обращаться за помощью в случае затруднения к старшим;
- понимание возможности различных позиций и точек зрения на предмет или вопрос;
- способность строить понятные для партнера высказывания;
- умение с помощью вопросов получать необходимые сведения от партнера по деятельности;

### **Предметные результаты:**

- развитие познавательной активности и интереса у учащихся к изучению данной темы;
- приобретение знаний и навыков рационального и правильного питания;
- формирование осознанного стремления выполнять правила здорового питания (что полезно для питания, а что ему вредит);
- умение находить в библиотеке, читать и обсуждать книги по заданной тематике;
- формирование мотивации к проектной, научно- исследовательской работе;
- овладение начальными формами исследовательской деятельности;
- познакомиться с традициями русской кухни;

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 6 класс.**

### **1. Давайте знакомиться.**

Знакомство с героями.

В Лагере Здоровья.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **2. Из чего состоит наша пища.**

Питательные вещества и их роли для организма человека.

Рациональное питание. Составление меню.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **3.Здоровье в порядке – спасибо зарядке.**

Комплекс упражнений для утренней зарядки.

Роль физической активности в укреплении здоровья, развитии силы и выносливости.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **4.Закаляйся, если хочешь быть здоров.**

Закаливание. Правила закаливания воздухом .

Закаливание. Правила закаливания водой.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **5.Как правильно питаться, если заниматься спортом.**

Зависимость рациона питания от физической активности человека .

«Пищевая тарелка» спортсмена.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **6.Где и как готовят пищу.**

Кухня. Техника безопасности.

Экскурсия на кухню в школьной столовой.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы.*

### **7.Блюда из зерна.**

О продуктах и блюдах, приготавливаемых из зерна.

Блюда из зерна. Составление меню.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы*

### **8.Молоко и молочные продукты.**

Молочные продукты и их польза.

Викторина «Все из молока».

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **9.Что можно есть в походе.**

Блюда из дикорастущих растений. Растения района.

Кроссворды «Дикорастущие растения».

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **10.Вода и другие полезные напитки.**

Вода, питьевой режим.

Полезные напитки, источники питьевой воды.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **11.Что и как можно приготовить из рыбы.**

О пользе и значении рыбных блюд.

Рыбное меню. Рыбы водоемов нашего края.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **12.Дары моря.**

Морепродукты.

Подготовка и защита проектов «День Нептуна».

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **13. Кулинарное путешествие по России.**

Кулинарные традиции и обычаи народов России.

Кулинарные традиции и обычаи народов Татарстана.

Традиционная русская и татарская кухни.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **14. Спортивное путешествие по России**

Национальные спортивные игры

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **15. Олимпиада здоровья.**

Олимпиадные задания о ЗОЖ.

*Игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение. Познавательные беседы, дидактический театр.*

### **16. Проекты «Дневник физического развития».**

Проекты «Дневник физического развития».

Защита проектов «Дневник физического развития».

### **17. Итоговое повторение.**

Поле чудес «Будь здоров».

*Игровая, познавательная.*

## **3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 6 класс.**

<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
Давайте знакомиться	2
Из чего состоит наша пища	2
Здоровье в порядке - спасибо зарядке	2
Закаляйся, если хочешь быть здоров	2
Как правильно питаться, если занимаешься спортом	2
Где и как готовят пищу	2
Блюда из зерна	2
Молоко и молочные продукты	2
Что можно есть в походе	2
Вода и другие полезные напитки	2
Что и как можно приготовить из рыбы	2
Дары моря	2
Кулинарное путешествие по России	3
Спортивное путешествие по России	2
Олимпиада здоровья	2
Проекты «Дневник физического развития»	2
Итоговое повторение	1
<b>Итого:</b>	<b>34</b>

## **Разговор о правильном питании. 7 класс.**

### **1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 7 класс.**

### **Личностные результаты освоения курса:**

- Формирование ценности в выборе здорового и безопасного образа жизни;
- Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора;
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- Освоение готовности и способности к саморазвитию и самообразованию;
- Формирование экологической культуры, экологического мышления;
- Формирование бережного отношения к природной среде;
- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни;

### **Метапредметные результаты освоения курса:**

- Формирование культуры здорового образа жизни;
- Формирование новых, более эффективных коммуникативных навыков;
- Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- Умение организовать сотрудничество со сверстниками и учителями.

### **Предметные результаты освоения курса:**

- Формирование социально активной личности;
- Ориентация на высокие нравственные ценности;
- Формирование общей культуры, в том числе культуры здорового образа жизни;
- Развитие причинно-следственных связей;
- Владение экологическим мышлением, обеспечивающим понимание взаимосвязи между природными, социальными.

### ***Учащийся научится:***

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;

### ***Учащийся получит возможность научиться:***

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале; - планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- строить речевые высказывания в устной форме;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- осуществлять поиск и выделять конкретную информацию с помощью учителя;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений.
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- задавать вопросы, для организации собственной деятельности.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 7 класс.**

### **1. «Здоровье в системе «человек-природа». ЗОЖ и долголетие.**

1. Средняя продолжительность жизни. Календарный и биологический возраст.
2. Стратегия жизни долгожителей. Андрогены и эстрогены – их влияние на продолжительность жизни.
3. Влияние атмосферного давления и влажности на самочувствие человека. Влияние магнитных бурь на самочувствие человека. Стресс и тревожность.
4. Почему смена погоды влияет на самочувствие человека. Влияние температуры на самочувствие человека. Как одеться по погоде?
5. Режим дня. Биологические ритмы
6. Роль сна в здоровье человека. Понятие отдыха.
7. Разработка собственного режима дня (мини-проект). Защита мини-проектов: Мой режим дня
8. Понятие о правильном питании. Режим приёма пищи.
9. Химический состав пищи. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества. Энергетическая ценность пищи.
10. Составление индивидуального рациона питания (мини-проект). Защита мини-проектов: Мой индивидуальный рацион питания.

*Познавательная. Круговая работа. Проектная работа. Познавательная беседа.*

### **2. «Здоровье в системе «человек- абиотические факторы»**

1. Проблема загрязнения воздуха. Основные загрязнители окружающей среды и их действие. Воздух города и деревни – сравнение экологической ситуации.
  2. Воздух жилых помещений. Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха.
  3. Питьевая вода – понятие. Необходимый объем жидкости.
  4. Основные источники загрязнения питьевой воды. Способы очистки воды – фильтры.
  5. Минеральная вода, классификация. Показания к применению.
  6. Понятие биоритма. Типичные внутренние часы организма, которые выработались в эволюционном развитии человека. Суточные ритмы физиологической активности человека.
  7. Выполнение теста по определению своего хронобиологического типа. Корректировка своего режима дня с позиции суточных ритмов своей физиологической активности.
- Познавательная. Круговая работа. Проектная работа. Познавательная беседа.*

### **3. «Здоровье в системе «человек – биотические факторы»**

1. Бактерии – особенности. Полезные бактерии – значение. Бактерии – возбудители заболеваний. Профилактика.
2. Вирусы – особенности. Болезни вирусной природы. Профилактика. Лечение.
3. Как отличить заболевание от бактерии или от вируса.
4. Космическая роль растений.
5. Лекарственные растения. Растения в рационе питания человека. Вегетарианство – «за» и «против».
6. Комнатные растения и их влияние на газовый состав в комнате.
7. Животные – особенности. Полезные животные – их значение. Опасные животные.
8. Животные-вредители, возбудители заболеваний. Профилактика.
9. Домашние животные. Зоотерапия.

*Познавательная. Круговая работа. Проектная работа. Познавательная беседа*

### **4. «Здоровье в системе «человек - антропогенные факторы»**

1. Антропогенные факторы – понятие. Антропогенное загрязнение гидросферы, литосферы, атмосферы.
2. Глобальные проблемы – понятие. Классификация проблем. Характеристика проблем. Пути решения проблем.



3. Проблема глобальных климатических изменений. Сокращение озонового слоя. Кислотные дожди. Опустынивание. Глобальное снижение биологического разнообразия. Ресурсный кризис.

4. Коэволюция - совместная эволюция биологических видов, взаимодействующих в экосистеме. Изменения, затрагивающие какие-либо признаки особей одного вида, приводят к изменениям у другого или других видов.

*Познавательная. Круговая работа. Познавательная беседа.*

### **5. Защита мини-проектов «Программа моего здоровья»**

1. Программа моего здоровья (мини-проект)

2. Защита мини-проектов: Программа моего здоровья

*Познавательная. Круговая работа. Проектная работа. Познавательная беседа.*

### **3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 7 класс.**

<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
Здоровье в системе «человек-природа»	10
«Здоровье в системе «человек- абиотические факторы»	7
Здоровье в системе «человек – биотические факторы»	9
Здоровье в системе «человек - антропогенные факторы»	4
Защита мини-проектов «Программа моего здоровья»	2
<b>Итого:</b>	<b>32</b>

### **Разговор о правильном питании. 9 класс.**

#### **1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 9 класс.**

##### **Личностные результаты освоения курса:**

- Формирование ценности в выборе здорового и безопасного образа жизни;
- Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора;
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- Формирование экологической культуры, экологического мышления;
- Формирование бережного отношения к природной среде;
- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни;

##### **Метапредметные результаты освоения курса:**

- Формирование культуры здорового образа жизни;
- Формирование новых, более эффективных коммуникативных навыков;
- Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- Умение организовать сотрудничество со сверстниками и учителями.
- Предметные результаты освоения курса:
- Формирование социально активной личности;

- Ориентация на высокие нравственные ценности;
- Формирование общей культуры, в том числе культуры здорового образа жизни;
- Владение экологическим мышлением, обеспечивающим понимание взаимосвязи между природными, социальными теоретическими знаниями и опыта их применения;
- Осознание своей роли в целостном, многообразном и быстро изменяющемся глобальном мире;
- Понимание основных принципов жизни общества, роли окружающей среды как важного фактора формирования качеств личности.

*Учащийся научится:*

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;

*Учащийся получит возможность научиться:*

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале; - планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- строить речевые высказывания в устной форме;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- осуществлять поиск и выделять конкретную информацию с помощью учителя;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений.
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- задавать вопросы, для организации собственной деятельности.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 9 класс.**

### **1. «Здоровье в системе «человек-природа». ЗОЖ и долголетие.**

1. Средняя продолжительность жизни. Календарный и биологический возраст.
2. Стратегия жизни долгожителей. Андрогены и эстрогены – их влияние на продолжительность жизни.
3. Влияние атмосферного давления и влажности на самочувствие человека. Влияние магнитных бурь на самочувствие человека. Стресс и тревожность.
4. Почему смена погоды влияет на самочувствие человека. Влияние температуры на самочувствие человека. Как одеться по погоде?
5. Режим дня. Биологические ритмы
6. Роль сна в здоровье человека. Понятие отдыха.
7. Разработка собственного режима дня (мини-проект). Защита мини-проектов: Мой режим дня
8. Понятие о правильном питании. Режим приёма пищи.
9. Химический состав пищи. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества. Энергетическая ценность пищи.
10. Составление индивидуального рациона питания (мини-проект). Защита мини-проектов: Мой индивидуальный рацион питания.

*Познавательная. Кружковая работа. Проектная работа. Познавательная беседа.*

### **2. «Здоровье в системе «человек- абиотические факторы»**

1. Проблема загрязнения воздуха. Основные загрязнители окружающей среды и их действие. Воздух города и деревни – сравнение экологической ситуации.
  2. Воздух жилых помещений. Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха.
  3. Питьевая вода – понятие. Необходимый объем жидкости.
  4. Основные источники загрязнения питьевой воды. Способы очистки воды – фильтры.
  5. Минеральная вода, классификация. Показания к применению.
  6. Понятие биоритма. Типичные внутренние часы организма, которые выработались в эволюционном развитии человека. Суточные ритмы физиологической активности человека.
  7. Выполнение теста по определению своего хронобиологического типа. Корректировка своего режима дня с позиции суточных ритмов своей физиологической активности.
- Познавательная. Круговая работа. Проектная работа. Познавательная беседа.*

### **3. «Здоровье в системе «человек – биотические факторы»**

1. Бактерии – особенности. Полезные бактерии – значение. Бактерии – возбудители заболеваний. Профилактика.
  2. Вирусы – особенности. Болезни вирусной природы. Профилактика. Лечение.
  3. Как отличить заболевание от бактерии или от вируса.
  4. Космическая роль растений.
  5. Лекарственные растения. Растения в рационе питания человека. Вегетарианство – «за» и «против».
  6. Комнатные растения и их влияние на газовый состав в комнате.
  7. Животные – особенности. Полезные животные – их значение. Опасные животные.
  8. Животные-вредители, возбудители заболеваний. Профилактика.
  9. Домашние животные. Зоотерапия.
- Познавательная. Круговая работа. Проектная работа. Познавательная беседа.*

### **4. «Здоровье в системе «человек - антропогенные факторы».**

1. Антропогенные факторы – понятие. Антропогенное загрязнение гидросферы, литосферы, атмосферы.
  2. Глобальные проблемы – понятие. Классификация проблем. Характеристика проблем. Пути решения проблем.
  3. Проблема глобальных климатических изменений. Сокращение озонового слоя. Кислотные дожди. Опустынивание. Глобальное снижение биологического многообразия. Ресурсный кризис.
  4. Коэволюция - совместная эволюция биологических видов, взаимодействующих в экосистеме. Изменения, затрагивающие какие-либо признаки особей одного вида, приводят к изменениям у другого или других видов.
- Познавательная. Круговая работа. Познавательная беседа.*

### **5. Защита мини-проектов «Программа моего здоровья»**

1. Программа моего здоровья (мини-проект)
  2. Защита мини-проектов: Программа моего здоровья
- Познавательная. Круговая работа. Проектная работа. Познавательная беседа.*

### **3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». 9 класс.**

Тема	Количество часов
Здоровье в системе «человек-природа»	10
Здоровье в системе «человек- абиотические факторы»	7
Здоровье в системе «человек – биотические факторы»	9
Здоровье в системе «человек - антропогенные факторы»	4

Защита мини-проектов «Программа моего здоровья»	2
<b>Итого:</b>	<b>32</b>