

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«БУЖАНИНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Бужаниновская СОШ»
 / А. Б. Никульцев /
Приказ №53 от "29" августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по **_ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**
(учебный предмет)

«Разговор о правильном питании»

уровень образования: начальное общее образование класс_4 «А»

2023-2024 учебный год

(срок реализации)

Рабочая программа составлена на основе авторской программы М.М. Безруких, Т.А. Филипповой, А.Г. Макеевой «Разговор о правильном питании»

Разработчик программы:

Сильченко Полина Ивановна, учитель начальных классов

2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Разговор о правильном питании» составлена на основе авторской программы М.М. Безруких, Т.А. Филипповой, А.Г. Макеевой «Разговор о правильном питании» с использованием методического пособия для учителей Безруких М.М., Филипповой Т.А., Макеевой А.Г. Две недели в лагере здоровья.– М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013.

Рабочая программа «Разговор о правильном питании», составленная на основе авторской программы Безруких М.М, Филиппова Т.А., Макеева А.Г реализуется в полном объеме в условиях равномерного распределения учебного времени по модулям. Большее количество часов предусмотрено на работу с детьми в каникулярное время при организации спортивных соревнований, экскурсий, познавательных игр, олимпиад, викторин.

Целью реализации программы на уровне начального общего образования по курсу «Разговор о правильном питании» является усвоение содержания «Разговор о правильном питании» и достижение обучающимися следующих результатов: приобретение знаний и навыков рационального и правильного питания, сознательное отношение к собственному здоровью во всех его проявлениях.

Программа внеурочной деятельности по курсу «Разговор о правильном питании» для учащихся 4 класса рассчитана на 36 часов, что предусмотрено основной образовательной программой.

Главными задачами реализации курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» являются:

- 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 укреплении 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.

Технологии, используемые при организации занятий: технология развивающего обучения, учебно-игровой деятельности, ИКТ-технологии, здоровьесберегающие, личностно-ориентированное обучение, проектная технология.

Результат предусматривает: умение обучающихся анализировать различные «пищевые ситуации», правильно подходить к вопросу питания, выбора пищи, чувствовать потребности своего организма, быть разборчивым в еде, знать полезные продукты для здоровья, выполнять правила здорового питания, вести здоровый образ жизни.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные УУД

У обучающегося будут сформированы:

- становление ценностного отношения к своей Родине - России;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений;
- интерес к новому содержанию и новым способам познания;
- представления о необходимом объеме двигательной активности, зарядке - как обязательном элементе режима дня;
- представления о закаливании как одном из важных способов укрепления здоровья;
- представления об основных правилах гигиены, которые необходимо соблюдать на кухне;
- имеющийся опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- устойчивая мотивация к выполнению правил личной и общественной гигиены и санитарии; рациональной организации режима дня, питания; занятиям физической культурой, спортом, туризмом.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;
- негативное отношение к курению, употреблению алкогольных напитков, наркотиков и других психоактивных веществ;
- стремление строить свои отношения с людьми и поступать по законам совести, добра и справедливости,
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

Познавательные УУД

Обучающиеся научатся:

- развивать навык решения творческих задач и навык поиска, анализа и интерпретации информации, добывать необходимые знания и с их помощью проделывать конкретную работу

- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя

Обучающиеся получают возможность научиться:

- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя различную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы, сравнивать и группировать полученную информацию.

Регулятивные УУД

Обучающиеся научатся:

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале, в сотрудничестве с учителем;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- самостоятельно оценивать правильность выполненных действий как по ходу их выполнения, так и в результате проведенной работы;
- отличать верно выполненное задание от неверного;
- совместно с учителем и одноклассниками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей

Коммуникативные УУД

Обучающиеся научатся:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- оценивать свой вклад в общий результат

Обучающиеся получают возможность научиться:

- аргументировать свою позицию и координировать ее с позицией партнеров при выработке общего решения в совместной деятельности;
- с учетом целей коммуникации достаточно полно и точно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия
- допускать возможность существования у людей разных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и учитывать позицию партнера в общении и взаимодействии;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать партнерам в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/ п	Наименовани е разделов и тем	Кол-во часов			Дата	Форма занятия
		всего	контрольн ые	практическ ие		
1	Давайте познакомимся!	1	0	0	05.09.2023	Тестирован ие, практическ ая работа
2	Викторина «Поле чудес»	1	0	0	12.09.2023	Тестирован ие, практическ ая работа
3	Из чего состоит наша пища	1	0	0	19.09.2023	Тестирован ие, практическ ая работа
4	Из чего состоит наша пища	1	0	0	26.09.2023	Тестирован ие, практическ ая работа

5	Игра «Меню сказочных героев»	1	0	0	03.10.2023	Тестирование, практическая работа
6	Что нужно есть в разное время года	1	0	0	17.10.2023	Тестирование, практическая работа
7	Оформление дневника здоровья	1	0	0	24.10.2023	Тестирование, практическая работа
8	Оформление дневника здоровья	1	0	0	31.10.2023	Тестирование, практическая работа
9	Выпуск стенгазеты о составе нашей пищи	1	0	0	07.11.2023	Тестирование, практическая работа
10	Игра «В гостях у тетушки Припасихи»	1	0	0	14.11.2023	Тестирование, практическая работа
11	Конкурс кулинаров	1	0	0	28.11.2023	Тестирование, практическая работа
12	Как правильно питаться, если занимаешься спортом	1	0	0	05.12.2023	Тестирование, практическая работа
13	Составление меню для спортсменов	1	0	0	12.12.2023	Тестирование, практическая работа

14	Оформление дневника «Мой день»	1	0	0	19.12.2023	Тестирован ие, практическ ая работа
15	Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья»	1	0	0	26.12.2023	Тестирован ие, практическ ая работа
16	Где и как готовят пищу	1	0	0	09.01.2024	Тестирован ие, практическ ая работа
17	Экскурсия в столовую.	1	0	0	16.01.2024	Тестирован ие, практическ ая работа
18	Конкурс «Сказка, сказка, сказка».	1	0	0	23.01.2024	Тестирован ие, практическ ая работа
19	Как правильно накрыть стол	1	0	0	30.01.2024	Тестирован ие, практическ ая работа
20	Игра накрываем стол	1	0	0	06.02.2024	Тестирован ие, практическ ая работа
21	Молоко и молочные продукты	1	0	0	13.02.2024	Тестирован ие, практическ ая работа
22	Конкурс рисунков «Столовая будущего».	1	0	0	27.02.2024	Тестирован ие, практическ ая работа
23	Знакомство с искусством портрета. Портрет мамы, папы, друга	1	0	0	05.03.2024	Тестирован ие, практическ ая работа

24	Игра-исследование «Это удивительное молоко»	1	0	1	12.03.2024	Тестирование, практическая работа
25	Молочное меню	1	0	0	19.03.2024	Тестирование, практическая работа
26	Блюда из зерна	1	0	0	26.03.2024	Тестирование, практическая работа
27	Блюда из зерна	1	0	0	02.04.2024	Тестирование, практическая работа
28	Путь от зерна к батону	1	0	0	16.04.2024	Тестирование, практическая работа
29	Конкурс «Венок из пословиц»	1	0	1	23.04.2024	Тестирование, практическая работа
30	Игра – конкурс «Хлебопеки»	1	1	0	30.04.2024	Тестирование, практическая работа
31	К.И.Чуковский «Федорино горе»	1	0	0	07.05.2024	Тестирование, практическая работа
32	Праздник «Хлеб всему голова»	1	0	0	14.05.2024	Тестирование, практическая работа
33	Повар – профессия древняя.	1	0	0	21.05.2024	Тестирование, практическая работа
34	Конкурс поделок из соленого теста «Хлебопеки».	1	0	0	28.05.2024	Тестирование, практическая работа

35	Оформление проекта «Хлеб - всему голова»	1	0	0		Тестирование, практическая работа
36	Интерактивная экскурсия в музей правильного питания. Из истории кухонной утвари.	1	0	0		Тестирование, практическая работа
	ВСЕГО КОЛ-ВО ЧАСОВ	36				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Две недели в лагере здоровья./ Рабочая тетрадь для школьников. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2018.

2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья. Методическое пособие. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013.

Электронные образовательные ресурсы:

«Разговор о правильном питании». www.prav-pit.ru

Согласовано:

Протокол заседания ШМО

Учителей гуманитарного цикла

«28» августа 2023 г. № 1

Проверено:

Заместитель директора по УВР

 Смирнова Г.И.

«28» августа 2023 г.