

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Баклушинская средняя школа

«Рассмотрено»
Руководитель МО Сидорова М.А.
_____/_____/_____
Протокол № 1
от 28.08.2023 г

«Согласовано»
Заместитель руководителя по УВР
О.Н.Муртазина
_____/_____/_____
от «29» августа 2023г.

«Утверждаю»
Директор школы О.В.Косинская
_____/_____/_____
Приказ № 71-ОД
от 30.08.2023 г

Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Разговор о правильном питании»
4 класс

Учитель начальных классов: Белова Е.А.

2023-2024 учебный год

Общая характеристика курса.

Одна из задач программы – формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Особенностями факультативного курса «Разговор о правильном питании» является:

- интегрированный характер предъявления естественнонаучных и обществоведческих знаний;
- расширение чувственного опыта и практической деятельности школьников;
- наличие содержания, обеспечивающего формирование общих учебных умений, навыков и способностей и способов деятельности;
- возможность осуществлять межпредметные связи с другими предметами.

Планируемые результаты

Программа факультативного курса «Разговор о правильном питании» направлено на **достижение** следующих **результатов**:

- полученные знания позволят учащимся ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- смогут оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учетом границ личностной активности корректировать несоответствия;
- получат знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, что в определённой степени повлияет на успешность их социальной адаптации, установление контактов с другими людьми.
- учащиеся получат дополнительные коммуникативные знания и навыки взаимодействия со сверстниками и взрослыми, что повлияет на успешность их социальной адаптации.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения факультативного курса.

Личностные результаты обучающихся:

- умение определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- умение использовать знания в повседневной жизни;
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, делать выбор (при поддержке других участников группы и педагога), как поступит;
- умение проявлять инициативу и самостоятельность на занятиях;
- познавательный интерес к основам культуры питания.

Метапредметными результатами обучающихся являются:

Регулятивные:

- умение проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение адекватно оценивать правильность выполнения действия (под руководством учителя) и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

Познавательные:

- умение узнавать изученные объекты и явления живой природы;
- умение использовать различные справочные материалы (словарь, определитель растений и животных на основе иллюстраций, в том числе и компьютерные издания) для поиска необходимой информации;
- умение обнаруживать простейшие взаимосвязи в живой и неживой природе; умение использовать их для объяснения необходимости здорового питания.

Коммуникативные:

- умение планировать в сотрудничестве с учителем и одноклассниками свою деятельность;
- умение формулировать собственное мнение и позицию;
- умение строить простейшие монологические высказывания;
- умение задавать вопросы;

Содержание программы.

Ценность жизни и человека – осознание ответственности за себя и других людей, своего и их душевного и физического здоровья; ответственность за сохранение природы как среды обитания.

Ценность общения – понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих элементов культуры.

Ценность добра и истины – осознание себя как части мира, в котором люди соединены бесчисленными связями, основывается на признании постулатов нравственной жизни, выраженных в заповедях мировых религий и некоторыми атеистами (например, *поступай так, как ты бы хотел, чтобы поступали с тобой; не говори неправды; будь милосерден и т.д.*).

Ценность семьи – понимание важности семьи в жизни человека, взаимопонимание и взаимопомощь своим родным; осознание своих корней; уважительное отношение к старшим, их опыту, нравственным идеалам.

Ценность труда и творчества – признание труда как необходимой составляющей жизни человека, творчества как вершины, которая доступна любому человеку в своей области.

Ценность социальной солидарности – обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности и патриотизма – осознание себя как члена общества; желание служить Родине, своему народу; любовь к природе своего края и страны, восхищение культурным наследием предшествующих поколений.

3. Тематическое планирование « Разговор о правильном питании»

№ п/п	Содержание занятия	Всего часов
1.	Давайте познакомимся!	2
2.	Из чего состоит наша пища	3
3.	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	2
4.	Закаляйся,если хочешь быть здоров	2
5.	Как правильно питаться,если занимаешься спортом	2
6.	Конкурсов рисунков	2
7.	Где и как готовят пищу	2
8.	Блюда из зерна	2
9.	Молоко и молочные продукты	2
10.	Что можно есть в походе	2

11.	Оформление плаката «Закаляйся,если хочешь быть здоров!»	2
12.	Вода и другие полезные напитки	2
13.	Что и как можно приготовить из рыбы	2
14.	Дары моря	2
15.	Необычное путешествие	2
16.	Олимпиада здоровья	2
17.	Проект «Школа кулинара»	2