

Принято на заседании
Педагогического совета Школы
«30» августа 2021 г.
Протокол № 1



Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»

Уровень обучения: начальное общее

2 - 4 классы

Срок реализации программы: 3 года

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

По результатам освоения программы у учащихся будут сформированы следующие компетенции:

Личностные результаты

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Содержание курса внеурочной деятельности:

№ п/п	Содержание курса	Форма проведения
1.	Здоровым быть здорово Продукты питания. Правила питания. Полезные продукты. Превращение пирожка.	групповая и индивидуальная работа, проектная деятельность
2.	«Город детства» Кто жить умеет по часам. Организация рабочего времени. Инсценирование «Здоровое питание»	групповая и индивидуальная работа, учебная инсценировка, ролевая игра
3.	«Разные, но равные» Плох обед, если хлеба нет. Время есть булочки, выпечка разных народов. Рассказ о здоровом питании.	оформление стенгазеты, защита презентаций, интервью, групповая и индивидуальная работа.
4.	«1000 добрых дел» Подбор информации для проведения физкультминуток в младших классах. Проведение физкультминуток и перемен в младших классах.	групповая и индивидуальная работа, проектная деятельность
5.	«Только наука изменит мир» Пора ужинать. Подготовка стенгазеты на тему здорового питания. Проведение «умных» перемен на тему «Здоровый ужин».	создание роликов, работа в сети интернет, викторина, мастер- класс, игра, проведение опытов, групповая и индивидуальная работа.
6.	«Город мастеров» Подготовка, защита проектов о профессиях валеологической	групповая и индивидуальная работа, проектная деятельность

	направленности.	
7.	«Сохраним природу» На вкус и цвет товарищей нет. Выращивание и пересадка рассады (зелень, цветы). Фотоквест.	выставка, групповая и индивидуальная работа
8.	Я помню! Я горжусь! Как утолить жажду. Что помогает быть сильным и ловким. Чем питались на войне	создание роликов, защита презентаций, выставка, выставка-калейдоскоп, создание фото книги, игра онлайн-конференция, групповая и индивидуальная работа

Тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Тематический раздел	Количество часов
«Здоровым быть здорово»		
1	Продукты питания. Правила питания. Изучение того, что мы едим каждый день	4
«Город детства»		
2	Кто жить умеет по часам. Элементы проектной деятельности	4
«Разные, но равные»		
3	Плох обед, если хлеба нет. Изучение поговорок различных стран о кухне и блюдах	4
«1000 добрых дел»		
4	Подбор информации для проведения физкультминуток в младших классах	4
«Только наука изменит мир»		
5	Пора ужинать. Изучение состава продуктовой корзины за ужином.	4
«Город мастеров»		
6	Подготовка к защите проекта	4
«Сохраним природу»		
7	На вкус и цвет товарищей нет. Необычные фрукты и овощи из наших магазинов и садов	4
Я помню! Я горжусь!		
8	Как утолить жажду. Способы выживания в диких условиях	3
	Итого	34

3 класс

№ п/п	Тематический раздел	Количество часов
«Здоровым быть здорово»		

1	Полезные продукты. Калорийность и вредность продуктов	4
«Город детства»		
2	Организация рабочего времени.	4
«Разные, но равные»		
3	Время есть булочки, выпечка разных народов. Практические занятия	4
«1000 добрых дел»		
4	Подбор информации для проведения физкультминуток в младших классах и апробация физкультминуток на одноклассниках.	4
«Только наука изменит мир»		
5	Подготовка стенгазеты на тему здорового питания	4
«Город мастеров»		
6	Подготовка к защите проекта	4
«Сохраним природу»		
7	Выращивание и пересадка рассады (зелень, цветы).	4
Я помню! Я горжусь!		
8	Что помогает быть сильным и ловким. Как в себе развить такие качества	3
	Итого	34

4 класс

№ п/п	Тематический раздел	Количество часов
«Здоровым быть здорово»		
1	Превращение пирожка. Что несет за собой частое употребление мучной продукции. Изменения в организме человека	4
«Город детства»		

2	Инсценирование «Здоровое питание». Для учеников начальной школы – рассказ о необходимости правильного питания.	4
«Разные, но равные»		
3	Рассказ о здоровом питании. Варианты национальных диетических блюд.	4
«1000 добрых дел»		
4	Проведение физкультминуток и перемен в младших классах.	4
«Только наука изменит мир»		
5	Проведение «умных» перемен на тему «Здоровый ужин».	4
«Город мастеров»		
6	Защита исследовательских проектов	4
«Сохраним природу»		
7	Фотоквест.	4
Я помню! Я горжусь!		
8	Рацион питания во время Великой Отечественной войны	3
	Итого	34

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575839

Владелец Удинцева Наталья Борисовна

Действителен с 05.03.2021 по 05.03.2022