

Отдел образования Сосновоборского района

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школы села Индерка Сосновоборского района

Рассмотрена на заседании МО классных руководителей Протокол № 1 от 26.08.2016г.	Принята на заседании педсовета Протокол № 15 от 29. 08.2016г.	Утверждена Приказом № 151 от 01.09.2016. Директор школы
--	--	--



Рабочая программа кружка «Разговор о правильном питании» по социальному направлению плана внеурочной деятельности  
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы села Индерка Сосновоборского района  
Пензенской области

Уровень: начальное общее образование (1-4 классы)

Направление: общинтеллектуальное

Авторы-составители программы:

Сайганова Р.И.  
Денешева Г.М.  
Сайганова Р.З.  
Максутова М.А.  
Кафтаева С.Х.  
Баишева А.Х.  
Сайганова Н.Р.  
Ахмерова Р.Х.  
Абдразакова Р.З.

2016 год

## **Пояснительная записка**

Программа курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» разработана на основе авторской программы М. М. Безруких, Т. А. Филипповой, А.Г. Макеевой.

### **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»**

Программа «Разговор о правильном питании» – это комплексная программа формирования знаний обучающихся, установок, личностных ориентиров и норм их поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья», неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.
- Основания для разработки программы.
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (Приказ Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373, в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.12 № 1060);

Проблема здорового и правильного питания ребёнка многогранна требует усилий многих специалистов, но в первую очередь, она должна волновать как родителей, так и учителей начальных классов.

Не секрет, что вкус ребёнка, его привыкание к определённой пище, его культура питания формируются с самого раннего возраста в семье. И когда дети переступают порог школьного учреждения, мы, педагоги, обнаруживаем, что наши ученики отдают предпочтение продуктам, которые активно рекламируются с экранов телевизора. Изменить их вкус и привычки в питании порой трудно, но возможно.

Программа «Разговор о правильном питании» строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком. Необходимо сделать акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому выполнению заданий. Основная работа по комплексу проводится на внеурочных занятиях.

Вся работа проводится в системе и в союзе с родителями. Поддержка родителей, осознание ими важности и необходимости проводимой педагогом работы – неременное условие эффективности решения поставленных задач.

### **Цели и задачи курса**

Формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

### **Образовательные задачи:**

- Развития представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формировании готовности заботиться и укреплять здоровье.
- Расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности выполнять эти правила.
- Развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.
- Пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа.

### **Воспитательные задачи:**

- Развитие представления о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа.
- Развитие представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности.

### **Развивающие задачи:**

- Развитие кругозора, интереса к познавательной деятельности.
- Развитие самостоятельности, самоконтроля.
- Развитие коммуникативности.
- Развитие творческих способностей.
- Развитие мотивации к овладению навыками базисных образовательных программ: литературы, ИЗО.

## **ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ ПРОГРАММЫ**

- Развитие познавательных интересов.
- Развитие желания и умения учиться, оптимально организуя свою деятельность, как важнейшего условия дальнейшего самообразования и самовоспитания.
- Развитие самосознания младшего школьника как личности.
- Уважение к себе.
- Способность индивидуально воспринимать окружающий мир.
- Иметь и выражать свою точку зрения.
- Целеустремлённость.
- Настойчивость в достижении цели.
- Готовность к преодолению трудностей.
- Способность критично оценивать свои действия и поступки.
- Коммуникабельность

## **ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

При умелом проведении интегрированных занятий, целесообразном планировании тем трудовой и изобразительной деятельности кружка, использовании доступного, известного с детства материала можно добиться определённых результатов.

**Личностными результатами** изучения курса является формирование умений:

- Определять и высказывать под руководством педагога самые простые этические нормы;
- В предложенной педагогом ситуациях делать самостоятельный выбор.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование универсальных учебных действий:

**Регулятивные УУД:**

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий
- Учиться высказывать своё предположение на основе работы с иллюстрацией
- Учиться работать по предложенному учителем плану
- Учиться отличать верно выполненное задание от неверного
- Учиться совместно с учителем и одноклассниками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей

**Познавательные УУД:**

- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя
- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебном пособии, других источниках информации
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы, сравнивать и группировать полученную информацию
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: на основе графических инструкций составлять словесные инструкции с последующим применением их в практической деятельности

**Коммуникативные УУД:**

- Донести свою позицию до остальных участников практической деятельности: оформлять свою мысль в устной речи
- Слушать и понимать речь других
- Читать и пересказывать текст
- Совместно договариваться о правилах общения и следовать им
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика)

**Предметными результатами** изучения курса являются формирование умений:

- Описывать признаки предметов и узнавать по их признакам
- Выделять существенные признаки предметов
- Сравнить между собой предметы, явления
- Обобщать, делать несложные выводы
- Определять последовательность действий

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

Содержание программы, а также используемые форм и методы её реализации носят игровой характер, что наиболее соответствует возрастным особенностям детей, обеспечивает условия для активного включения их в процесс обучения и стимулирует активное присвоение предъявляемых ценностных нормативов и навыков. Задания, предлагаемые в рабочей тетради, также ориентированы на творческую работу ребёнка – самостоятельную или в коллективе.

Данная система занятий проявила активное участие и максимальное вовлечение детей начальных классов в поисковую работу, в отработку знаний, навыков в определении продуктов правильного питания, умений организации меню школьника начальных классов, понятий о

витамином составе продуктов, целесообразности трёхразового полноценного питания, расширение представлений о многообразии фруктов и овощей своего региона, о чём свидетельствуют рисунки, плакаты, рефераты, презентации самих участников занятий.

Преимущество программы заключается в том, что её материал актуален для детей. Всё что они узнают и чему учатся на занятиях, они могут применить дома и в гостях уже сегодня. При реализации программы используется работа в группах, участие в практических занятиях, а также экскурсии.

### 3. Тематическое планирование

<u>№</u>	<u>Тема</u>	<u>Виды деятельности учащихся</u>
1	Что я знаю о питании?	- принимать и сохранять учебную задачу;
2	Человек без еды не живёт	
3	Режим питания ребёнка 8-9 лет	- совместно с учителем планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
4	Как утолить жажду	
5	Как утолить жажду	
6	Газированные напитки, кофе, какао - что полезнее	- ориентироваться в своей системе знаний: <i>отличать</i> новое от уже известного с помощью учителя;
7	Что надо есть, если хочешь стать сильным	
8	Праздник «Золотая осень»	- совместно с учителем планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
9	Не всё в пищу годится, что быстро в руках очутится	
10	Не всё в пищу годится, что быстро в руках очутится	- ориентироваться в своей системе знаний: <i>отличать</i> новое от уже известного с помощью учителя;
11	О поварах и полезной еде	
12	О поварах и полезной еде	
13	О поварах и полезной еде	- перерабатывать полученную информацию;
14	«Второй хлеб» на столе	
15	«Второй хлеб» на столе	- осуществлять анализ, синтез, сериацию, классификацию, обобщение;
16	Прежде чем за стол мне сесть, я подумаю, что съесть.	- устанавливать причинно-следственные связи;
17	Занятие - отчет на параллель 2 классов по теме	- <i>делать выводы</i> в результате совместной работы всего класса;
18	Что делает пищу вкусной и ароматной?	- преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно <i>пересказывать</i> небольшие тексты, называть их тему
19	Что делает пищу вкусной и ароматной?	
20	Всё о лакомствах	- <i>высказывать</i> своё предположение (версию) на основе работы с проектом и с иллюстрацией учебника;
21	Чипсы, снеки	
22	Готовые завтраки.	- <i>работать</i> по предложенному учителем плану;
23	Быстро, легко, вкусно!?	
24	Обобщающие уроки по теме « Не всё то - золото, что блестит»	- <i>отличать</i> верно выполненное задание от неверного;
25	Обобщающие уроки по теме « Не всё то - золото, что блестит»	- давать эмоциональную <i>оценку</i> деятельности класса на уроке совместно с учителем и другими учениками
26	Ем для того, чтобы жить.	
27	У самовара собирайтесь!	- <i>слушать</i> и <i>понимать</i> речь других;
28	У самовара собирайтесь!	
29	У самовара собирайтесь!	- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
30	Праздник « День Семьи	
31	Где найти витамины весной?	
32	Где найти витамины весной?	делать предварительный отбор источников информации
33	Где найти витамины весной?	
34	До свидания, 2 класс!	- <i>ориентироваться</i> в учебнике (на

		<p>развороте, в оглавлении, в словаре).</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- добывать новые знания: <i>находить ответы</i> на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке;</li><li>- преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно <i>пересказывать</i> небольшие тексты, называть их тему;</li><li>- находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде;</li><li>- вычленять содержащиеся в тексте основные события и устанавливать их последовательность;</li><li>- строить монологическое высказывание;</li><li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в совместной деятельности;</li><li>- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;</li><li>- задавать вопросы;</li></ul> <p><i>В проектной деятельности ИКТ-компетентность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- выполнять групповую работу на компьютере: презентация с вводом текста, изображений; проводить презентацию по плану организовывать систему папок для хранения информации о здоровом питании в компьютере.</li></ul>
--	--	--