

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №68»
г. Барнаул

«ПРИНЯТО»

Решением педагогического совета
МБОУ «СОШ №68»

Протокол № 1 от «30» 08 2021 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МБОУ «СОШ №68»

Дёмин А.М.

Приказ № 160 от «30» 08 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Этикет и правильный совет»
(начальное общее образование)
1 класс

Срок реализации:
2021/2022 учебный год

Составитель: Кузнецова Е.А
замдиректора по УВР

Барнаул- 2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» разработана на основании следующих документов и методических материалов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в последней редакции);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с последующими изменениями и дополнениями);
- Приказ Минпросвещения России от 28.08.2020 №442 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с последующими изменениями и дополнениями)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.3.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «СОШ №68» (утверждена приказом МБОУ «СОШ №68» от 30.08.2021 №160);
- Устав МБОУ «СОШ №68» (утвержден приказом комитета по образованию г. Барнаула от 31.08.2015 № 1428-осн)

Учебно-методическое обеспечение

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009,79с.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья/ Методическое пособие. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009, 79с

Цели и задачи программы

Цель: формирование у детей основ этикета и культуры питания, как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- формирование и развитие представления у детей об этикете как о показателе воспитанности и культуры человека
- формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми практических навыков этикета и рационального питания;
- формирование навыков правильного питания, как составной части здорового образа жизни;
- формирование представления о правилах этикета, связанных с питанием осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора у детей, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков у школьников, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Формы и методы обучения

В качестве организации занятий в программу внесены различные формы: экскурсии, наблюдение, сюжетно-ролевые игры, игры по правилам, мини проекты, совместная работа с родителями, групповые дискуссии, мозговой штурм

Основные методы обучения: исследовательский, объяснительно-иллюстративный, практический, поисковый.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- полученные знания позволят детям ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные;

- дети смогут оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;

- дети получат знания и навыки, связанные с этикетом в области питания;

- здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

2.1. Предполагаемые результаты 1 года обучения.

Ученики должны знать:

- полезные продукты;

- правила этикета;

- роль правильного питания в здоровом образе жизни.

После первого года обучения ученики должны уметь:

- соблюдать режим дня

- выполнять правила правильного питания;

- выбирать в рацион питания полезные продукты

Способы проверки результатов освоения программы

Подведение итогов по результатам освоения материалов данной программы может происходить в виде защиты творческих проектов, выставок работ по различным темам, проведение конкурсов.

3. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»

Учебная деятельность школьников строится по следующим модулям:

- гигиена питания,

- режим питания,

-рацион питания,

- культура питания,

- разнообразие питания,

- этикет,

- традиции и культура питания.

Для занятий используются рабочие тетради «Разговор о правильном питании» и « Две недели в лагере здоровья». Дети проводят исследовательскую работу по различным темам, ходят на экскурсии на различные предприятия, оформляют плакаты по правилам правильного питания , выполняют практические работы. Всё это позволяет реально сформировать у школьников полезные навыки и привычки в области рационального здорового питания.

Воспитывающая деятельность.

Работа даёт большие возможности для воспитания здорового поколения и для формирования коллективизма. Реализация программы ориентирована на творческую работу ребёнка – индивидуальную или групповую.

Индивидуально дети выполняют задания в рабочих тетрадях. Коллективно или в группах работают над творческими проектами, оформляют плакаты по правилам правильного питания, выставки, участвуют в конкурсах, праздниках.

В результате формируются такие качества как ответственность, взаимопомощь, взаимовыручка, любознательность, коллективизм.

Развивающая деятельность.

Работа по «Программе разговор о правильном питании» способствует развитию творческих способностей и кругозора у детей, их интересов и познавательных способностей, развитию коммуникативных навыков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблем.

1-й год обучения

Содержание	Количество часов
1. Разнообразие питания.	4
2. Самые полезные продукты	5
3. Правила питания.	6
4. Режим питания.	4
5. Завтрак	2
6. Роль хлеба в питании детей	6
7. Проектная деятельность.	3
8. Подведение итогов работы.	3
Итого	33

Формы и виды учебной деятельности:

- игра
- беседа
- наблюдение
- работа в парах
- индивидуально-групповая работа
- обсуждение
- выполнение творческих работ
- выполнение проекта
- защита проекта
- экскурсии

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
КУРСА ««Разговор о правильном питании»
1 класс (33 часа)**

№ п/п	Дата	Кол-во часов	Тема
1		1	Вводное занятие
2		1	Экскурсия в столовую
3		1	Питание в семье
4		1	Оформление плаката любимые продукты и блюда
5		1	Полезные продукты
6		1	Экскурсия в магазин.
7		1	Оформление дневника.
8		1	Практическая работа.
9		1	Проведение тестирования «Самые полезные продукты».
10		1	Правила питания.
11		1	Гигиена питания.
12		1	Работа с дневником правильного питания.
13		1	Практическое занятие «Законы питания».
14		1	Оформление плаката правильного питания.
15		1	Удивительное превращение пирожка.
16		1	Режим питания школьника.
17		1	Практическая работа «Удивительное превращение пирожка».
18		1	Тестирование по теме «Режим питания».
19		1	Из чего варят кашу. Разнообразие каш для завтрака.
20		1	Составление меню для завтрака.
21		1	Конкурс «Самая вкусная, полезная каша»
22		1	«Плох обед, если хлеба нет»
23		1	Экскурсия в булочную.
24		1	Составление меню обеда.
25		1	Практическая работа «Советы Хозяйюшки».
26		1	Секреты обеда.
27		1	Брейн-ринг
28		1	Изготовление поделок для выставки «Хлеб всему голова»
29		1	Проведения «Праздника хлеба»
30		1	Выполнение проектов по теме «Плох обед, если хлеба нет».
31-33		3	Подведение итогов. Резервные занятия

корректировки

п/п	Причина корректировки	Тема урока	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту	Способ корректировки	Реквизиты документа (№ приказа, дата)

