

Рассмотрено на заседании ШМО учителей начальных классов Протокол № 1 от 31.08.2022 г. Руководитель МО Ю.В. Ершова	Согласовано Заместитель директора по УВР М.С. Раздайводина «31» августа 2022 г.	«Утверждаю» Директор МБОУ СОШ № 5 Приказ № 235 от 31.08.2022 Подпись руководителя Печать Т.И.Карявкина
--	--	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по дополнительному образованию
«Разговор о правильном питании»**

начальное общее, 4 -в класс

Количество часов 34 часа

Учитель Ершова Юлия Вадимовна

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами освоения учащимися программы являются:

- проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания;
- овладение установками, нормами и правилами правильного питания;
- готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания, в том числе ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные ценностно-смысловые установки обучающихся, формируемые средствами различных предметов в рамках программы «Разговор о правильном питании», в том числе развитие представления об адекватности питания, его соответствия росту, весу, возрасту, образу жизни человека.

Метапредметными результатами освоения программы являются:

- способность и готовность к освоению систематических знаний о правильном питании, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к решению личностных и социально значимых проблем здорового питания и воплощение найденных решений в практику;
- способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии в области здорового питания.

Предметными результатами освоения программы являются:

В познавательной сфере:

- рациональное использование учебной и дополнительной технологической информации для проектирования и создания личной траектории здорового питания;
- оценка технологических свойств сырья и областей их применения;
- владение методами чтения штрих-кодов на продуктах питания, приобретаемых в розничной торговле;
- формирование представления о роли национальных кухонь в обеспечении полноценным питанием жителей той или иной местности.

В трудовой сфере:

- соблюдение норм и правил безопасности труда, пожарной безопасности, правил санитарии и гигиены;
- планирование технологического процесса труда.

В мотивационной сфере:

- выраженная готовность в потребности здорового питания;
- осознание ответственности за качество правильного питания.

В эстетической сфере:

- дизайнерское проектирование блюд с точки зрения здорового питания;
- освоение навыков сервировки стола.

В коммуникативной:

- публичная презентация и защита мини-проектов по здоровому питанию.

Регулятивные УУД:

- понимание и сохранение учебной задачи;
- понимание выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителями;
- планирование своих действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- принятие установленных правил в планировании и контроль способа решения;
- осуществление итогового и пошагового контроля по результату (в случае работы в интерактивной среде пользоваться реакцией среды решения задачи).
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

- Познавательные УУД:

- осуществление поиска необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
 - осуществление записи (фиксации) выборочной информации об окружающем мире и себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
 - построение сообщения в устной и письменной форме;
 - смысловое восприятие художественных и познавательных текстов, выделение существенной информации из сообщений разных видов (в первую очередь текстов);
 - осуществление анализа объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
 - осуществление сравнения и классификации на основе самостоятельного выбора оснований и критериев для указанных логических операций.
 - установление причинно-следственных связей в изучаемом круге явлений;
 - построение рассуждений в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах, связях;
 - выделение существенных признаков и их синтеза.
- Коммуникативные УУД:
 - использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач;
 - построение монологического высказывания (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой);
 - владение диалогической формой коммуникации, используя, в том числе, и инструменты ИКТ и дистанционного общения.
 - формулирование собственного мнения;
 - умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
 - умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
 - понимание возможности существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной;
 - умение ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.

Содержание учебного предмета

<i>Содержание</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
1. Вводное занятие	Повторение правил питания	Ролевые игры
2. Растительные продукты леса	Беседа: «Какую пищу можно найти в лесу» Правила поведения в лесу. Правила сбора грибов и ягод.	Работа в тетрадях. Отгадывание кроссворда. Игра «Походная математика». Игра – спектакль «Там на неведомых дорожках».
3. Рыбные продукты	Беседа «Что и как можно приготовить из рыбы» Важность употребления рыбных продуктов.	Работа в тетрадях. Эстафета поваров. «Рыбное меню». Конкурс рисунков «В подводном царстве». Конкурс пословиц и поговорок».
4. Дары моря	Беседа о морепродуктах. Блюда из морепродуктов Знакомство с обитателями моря.	Работа в тетрадях. Викторина «В гостях у Нептуна».
5. Кулинарное путешествие по России»	Знакомство с традициями питания регионов, историей быта своего народа.	Работа в тетрадях. Конкурс – рисунков «Вкусный маршрут». Игра – проект «кулинарный глобус».
6. Рацион питания	Рассмотреть проблему «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен».	Работа в тетрадях. «Моё недельное меню». Конкурс « На необитаемом острове».
7. Правила поведения за столом	Беседа «Как правильно вести себя за столом». Знакомство со стихотворением «Назидание о застольном невежестве».	Работа в тетрадях. Сюжетно – ролевые игры.
8. Накрываем стол для родителей		
9. Проектная деятельность.	Определение тем и целей проектов, форм их организации. Разработка планов работы, составление плана консультаций с педагогом.	Выполнение проектов. Подбор литературы. Оформление проектов.
10. Подведение итогов работы		

**Тематическое планирование
по внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»
в 4 -в классе на 2022 – 2023 учебный год**

№	Название разделов и тем	Количество часов	Сроки
1.	Вводное занятие	1	06.09
2.	Растительные продукты леса	3	13.09 – 27.09
3.	Рыбные продукты	4	04.10 – 25.10
4.	Дары моря	6	08.11 – 13.12
5.	«Кулинарное путешествие по России»	3	20.12 – 10.01
6.	Рацион питания	3	17.01 – 31.01
7.	Правила поведения за столом	4	07.02 – 28.02
8.	Готовим вместе	10	07.03 – 23.05
	ИТОГО:	34	

Классный руководитель

Ершова Ю.В.

**Календарно – тематическое планирование
по внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»
в 4 -в классе на 2022 – 2023 учебный год**

№п/п	Тема урока	Дата
Раздел 1. Вводное занятие		
1	Вводное занятие	06.09
Раздел 2. Растительные продукты леса		
2	Какую пищу можно найти в лесу	13.09
3	Правила поведения в лесу	20.09
4	Лекарственные растения	27.09
Раздел 3. Рыбные продукты		
5	Игра – приготовить из рыбы.	04.10
6	Конкурсов рисунков «В подводном царстве»	11.10
7	Эстафета поваров.	18.10
8	Конкурс половиц поговорок	25.10
Раздел 4. Дары моря		
9	Дары моря	08.11
10	Экскурсия в магазин морепродуктов	15.11
11	Оформление плаката «Обитатели моря»	22.11
12	Оформление плаката «Обитатели моря»	29.11
13	Викторина «В гостях у Нептуна»	06.12
14	Меню из морепродуктов	13.12
Раздел 5. «Кулинарное путешествие по России»		
15	Кулинарное путешествие по России.	20.12
16	Традиционные блюда нашего края	27.12
17	Традиционные блюда нашего края	10.01
Раздел 6. Рацион питания		
18	Практическая работа по составлению меню	17.01
19	Конкурс рисунков «Вкусный маршрут»	24.01
20	Игра – проект «Кулинарный глобус»	31.01
Раздел 7. Правила поведения за столом		
21	Правила поведения за столом	07.02
22	Изготовление книжки «Правила поведения за столом»	14.02
23	Изготовление книжки «Правила поведения за столом»	21.02
24	Праздник «Мы за чаем не скупаем»	28.02
Раздел 8. Готовим вместе		
25	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	07.03
26	Составление недельного меню	14.03
27	Составление недельного меню	21.03
28	Конкурс кулинарных рецептов	04.04
29	Конкурс «На необитаемом острове»	11.04
30	Накрываем праздничный стол	18.04
31	Изготовление книжки «Кулинарные рецепты»	25.04
32	Изготовление книжки «Кулинарные рецепты»	02.05
33	Подведение итогов.	16.05
34	Обобщение по курсу.	23.05