

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Кемеровской области – Кузбасса
Комитет образования и науки администрации города Новокузнецка
МБОУ «ООШ № 83»

РАССМОТРЕНО

МО учителей начальных классов

Руководитель МО

_____ Е.Ю. Сидорович

Протокол № 1 от «28» августа 2023г.

ПРИНЯТО

педагогическим советом

Протокол № 1

от «30» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «ООШ № 83»

_____ М.Ю. Ермолаев

Приказ №173/3-0 от «31» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса внеурочной деятельности
кружок «Здоровое питание»
для 1-4 классов
спортивно-оздоровительное
направление развития личности

Новокузнецкий городской округ, 2023

Документ подписан электронной подписью.

1. Пояснительная записка

Актуальность и назначение программы

Программа разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, федеральной образовательной программы начального общего образования с учетом:

- Федерального закона от 29.12.2012г № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта НОО;
- Учебного плана МБОУ «ООШ № 83» на 2023-2024 учебный год;
- . - Основной образовательной программы начального общего образования;
- . - Положения о рабочей программе МБОУ «ООШ № 83».

Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования в урочной и внеурочной деятельности.

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом федеральной образовательной программы начального общего образования. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлеченность в совместную с педагогом и

Документ подписан электронной подписью.
сверстниками деятельность.

2.Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1класс

№ п/п	Содержание курса	Виды деятельности	Формы организации
1	Поговорим о продуктах питания. Если хочешь быть здоров. Анкетирование детей «Полезные привычки». Самые полезные продукты. Экскурсия в магазин. Раздельное питание.	Игровая Познавательная	беседа; анкетирование; экскурсия
2	Гигиена питания. Как правильно есть (гигиена питания). Игра – инсценировка «Шел по городу волшебник». Удивительные превращения пирожка.	Игровая Познавательная	беседа; игра; практическое занятие
3	Правильное питание. Проект «Режим питания школьника». Что нужно есть, если хочешь стать сильнее. Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной. Викторина «Печка в русских сказках». Плох обед, если хлеба нет. Подготовка к «Празднику хлеба». Настольные игры: «Секреты обеда», «Советы хозяйюшки». Полдник, время есть булочки. Конкурс – викторина «Знатоки молока». Игра «Кладовая народной мудрости». Пора ужинать. Практическая работа «Приготовление бутербродов». Экскурсия в столовую.	Игровая Трудовая Художественное творчество Познавательна Проектная	игра; экскурсия; викторина; проект; беседа; праздник; практическое занятие

Документ подписан электронной подписью.

4	<p>Витамины круглый год. Где найти витамины весной. Практическая работа «Проращивание репчатого лука (овса). На вкус и цвет товарищей нет. Практическая работа «Определи вкус продукта». Экскурсия в магазин (киоск) «Соки. Воды». Если хочется пить. Что надо есть, если хочешь стать сильнее. Работа на участке. Посадка лука. Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты. Конкурс загадок. Каждому овощу - своё время. Викторина «Знатоки здорового питания».</p>	<p>Игровая Трудовая Художественное творчество Познавательная Исследовательская</p>	<p>беседа; просмотр фильма; экскурсия; викторина; опыт; активное занятие</p>
---	--	--	---

2 класс

№ п/п	Содержание курса	Виды деятельности	Формы организации
1	<p>Поговорим о продуктах. Где найти витамины весной. дидактическая игра. Игра –дегустация «Отгадай сухофрукт». Конкурс минисказок «Вкусные истории». Творческая мастерская «Чудесная корзинка». КВН «Витаминный ералаш».</p>	<p>Игровая Художественное творчество Познавательная</p>	<p>беседа; конкурс минисказок; дидактическая игра; КВН; практическое занятие</p>
2	<p>Гигиена питания. «Как утолить жажду...». Игра-демонстрация «Мы не дружим с Сухомяткой». Игра-дегустация «Угадай дружок на вкус из чего в стакане сок».</p>	<p>Познавательная Художественное творчество Игровая</p>	<p>беседа; игра-демонстрация игра-дегустация</p>
3	<p>Правильное питание. Каждому овощу свое время. Конкурс «Любимые овощи вашей семьи».</p>	<p>Познавательная Художественное творчество Игровая</p>	<p>игра; мини-исследование; беседа;</p>

Документ подписан электронной подписью.

	<p>Что нужно есть в разное время года. Что надо есть, если хочешь стать сильнее. Беседа с профессиональным спортсменом. Семейные соревнования «Вкусные эстафеты» «На вкус и цвет товарищей нет». Игра-демонстрация «Угадай на вкус». Мини-исследование «В царстве пряностей». Творческая мастерская «Кулинарная книга». Семейный конкурс «Знатоки пряностей». Творческая мастерская «Школа карлинга». Творческая мастерская «Чудеса своими руками». Выставка «Цитрусовые фантазии».</p>	<p>Исследовательская Проектная</p>	<p>соревнование; конкурс рисунков; выставка; практическое занятие</p>
4	<p>Витамины круглый год. «Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты». Праздник «Дары осени». Каждому овощу своё время». Мини-исследование «Вершки и корешки». Конкурс «Реклама овощей». Семейная выставка «Овощной ресторан». КВН «Азбука правильного питания». Семейный конкурс «Знатоки здорового питания». Беседа с врачом «Чеснок и лук от всех недугов». Создание классной кулинарной книги «Питание и здоровье». Создание классной кулинарной книги «Питание и здоровье». Создание классной кулинарной книги «Питание и здоровье».</p>	<p>Игровая Спортивно-оздоровительная Трудовая Художественное творчество</p>	<p>КВН; беседа; мини-исследование; изготовление кулинарной книги; праздник; практическое занятие</p>

3 класс

№ п/п	Содержание курса	Виды деятельности	Формы организации
-------	------------------	-------------------	-------------------

Документ подписан электронной подписью.

<p>1</p>	<p>Поговорим о продуктах. Давайте познакомимся. Из чего состоит наша пища. Белки, углеводы и жиры. Витамины и минеральные вещества. Составление меню. Практическое занятие.</p>	<p>Игровая Познавательная</p>	<p>беседа; практическое занятие</p>
<p>2</p>	<p>Гигиена питания. Что нужно есть в разное время года. Блюда для холодного и жаркого время года. Как правильно питаться, если занимаешься спортом.</p>	<p>Познавательная</p>	<p>беседа;</p>
<p>3</p>	<p>Правильное питание . Оформление стенгазеты «Состав пищи. Меню». Презентация стенгазет. Что и как можно приготовить из рыбы. Составление меню из рыбы. Практическое занятие Дары моря. Экскурсия в магазин. Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен. Где и как готовят пищу. Как раньше готовили пищу на Руси. Экскурсия в кафе. Столовая и кухонная посуда. Бытовая техника. Как правильно накрыть на стол. Предметы сервировки стола.</p>	<p>Игровая Художественное творчество Познавательная</p>	<p>беседа; конкурс стенгазет; игра; экскурсия; практическое занятие</p>
<p>4</p>	<p>Витамины круглый год. Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты. Люди каких профессий работают на ферме. Проект «Технология приготовления молочных продуктов в домашних условиях». Блюда из молочных продуктов.</p>	<p>Игровая Художественное творчество Познавательная Проектная Творческая</p>	<p>беседа; проект; конкурс; практическое занятие</p>

Документ подписан электронной подписью.

	<p>Механизмы, помогающие хлеборобам посеять, вырастить и собрать урожай. Блюда из зерна. Творческая мастерская «Украшаем стол». Приглашаем на обед. Практическое занятие. Разгадывание кроссворда «Федорино горе». Конкурс загадок. Подведение итогов.</p>		
--	--	--	--

4 класс

№ п/п	Содержание курса	Виды деятельности	Формы организации
1	<p>Какую пищу можно найти в лесу. Экскурсия «Полезные растения»; «Полезные грибы» Полезные грибы» (составление игр, загадок, кроссвордов). Викторина «Знаешь ли ты грибы». Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен.</p>	<p>Игровая Художественное творчество Познавательная Досугово-развлекательная</p>	<p>беседа; экскурсия; викторина ;</p>
2	<p>Поведение за столом. Где и как готовят пищу. Беседа «Как правильно вести себя за столом». Сюжетно-ролевые игры</p>	<p>Познавательная Художественное творчество</p>	<p>беседа; экскурсия; сюжетно-ролевые игры</p>
3	<p>Кулинарное путешествие. Кулинарное путешествие по России. Проект «Секреты традиционных блюд твоей местности». Семейная фотовыставка «Секреты нашей кухни». Проект «Как питались на Руси и в России». Оформление книги рецептов «Что ни дом, то традиция». Мини-исследование «Посуда в русских сказках». Мини-исследование «От костра до микроволновки». Творческая мастерская «Салфетная фантазия».</p>	<p>Проектная Художественное творчество Исследовательская Проектная</p>	<p>беседа; конкурс; экскурсия; проект; фотовыставка; практическое занятие</p>

Документ подписан электронной подписью.

	<p>Творческая мастерская «Салфетницы своими руками». Проект «Интервью на кухне». Конкурс рисунков «Мое любимое блюдо». Творческая мастерская «Фруктово-овощная фантазия». Кулинарный конкурс «Любимое блюдо моей семьи». Экскурсия в городскую столовую.</p>		
4	<p>Творческая мастерская. Дары моря. Экскурсия в магазин. Творческая мастерская «Морские обитатели». Устный журнал «Полезные морские обитатели». Проект «Морские обитатели Черного моря». Викторина «Знаешь ли ты морских обитателей». Выставка поделок из овощей и фруктов «Подводный мир» Как правильно вести себя за столом. Как правильно накрыть стол. Творческая мастерская «Украшаем стол». Сюжетно -ролевая игра «Идём в гости». Выставка и дегустация блюд, приготовленных собственными руками.</p>	<p>Проектная Художественное творчество Исследовательская Проектная</p>	<p>беседа; экскурсия; проект; сюжетно-ролевая игра; выставка; практическое занятие</p>

3. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы,

Документ подписан электронной подписью.
народов, культур и религий;

- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками и адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов,

Документ подписан электронной подписью.
схем решения учебных и практических задач;

7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее-ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) 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;

12) 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;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных,

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе

Документ подписан электронной подписью.
универсальных учебных действий

Документ подписан электронной подписью.

4. Тематическое планирование, в том числе с учётом рабочей программы воспитания

1 класс

№ п/п	Название раздела	количество часов		
		всего	теория	практика
1	Поговорим о продуктах	5	2	3
2	Гигиена питания	3	1	2
3	Правильное питание	14	3	11
4	Витамины круглый год	11	2	9
Всего часов		33	8	25

2 класс

№ п/п	Название раздела	количество часов		
		всего	теория	практика
1	Поговорим о продуктах	4	2	2
2	Гигиена питания	3	1	2
3	Правильное питание	14	4	10
4	Витамины круглый год	13	3	10
Всего часов		34	10	24

3 класс

№ п/п	Название раздела	количество часов		
		всего	теория	практика
1	Поговорим о продуктах	5	1	4
2	Гигиена питания	3	1	2
3	Правильное питание	13	2	11
4	Витамины круглый год	13	3	10
Всего часов		34	7	27

Документ подписан электронной подписью.

4 класс

№ п/п	Название раздела	количество часов		
		всего	теория	практика
1	Какую пищу можно найти в лесу	5	2	3
2	Поведение за столом	3	1	2
3	Кулинарное путешествие	14	4	10
4	Творческая мастерская	12	3	9
Всего часов		34	10	24

Документ подписан электронной подписью.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	3760B68FC30314D7D8A30185403A0782
Владелец:	Ермолаев Максим Юрьевич, Ермолаев, Максим Юрьевич, sborjon@bk.ru, 246511250002, 12284284652, МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 83", Директор, г. Новокузнецк, Кемеровская область, RU
Издатель:	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
Срок действия:	Действителен с: 19.10.2022 08:44:00 UTC+07 Действителен до: 12.01.2024 08:44:00 UTC+07
Дата и время создания ЭП:	01.10.2023 14:13:45 UTC+07