

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1 Р.П. КУЗОВАТОВО
КУЗОВАТОВСКОГО РАЙОНА УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СШ №1 р.п.Кузоватово
_____ Мартьянова О.Н.
Приказ № 122 от 30.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ДВЕ НЕДЕЛИ В ЛАГЕРЕ ЗДОРОВЬЯ»
(3 класс)**

Р.п. Кузоватово 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Две недели в лагере здоровья» разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования, федеральных образовательных программ начального общего образования. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования в урочной и внеурочной деятельности.

Нормативную правовую основу рабочей программы курса внеурочной деятельности «Две недели в лагере здоровья» составляют следующие документы:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»
3. Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (далее – ФГОС НОО второго поколения);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229)
5. Устав МБОУ СШ № 1 р.п. Кузоватово
6. Рабочая программа воспитания МБОУ СШ № 1 р.п. Кузоватово на 2023-2025 гг.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Из чего состоит наша пища. Что нужно есть в разное время года. Как правильно питаться, если занимаешься спортом. Где и как готовить пищу. Кухонное хозяйство и предметы, используемые для приготовления пищи. Как правильно накрыть стол. Варианты сервировки стола для завтрака, обеда и ужина. Молоко и молочные продукты. Значение молока и молочных продуктов; польза молока и молочных продуктов. Блюда из зерна. Значение блюд из зерна в рационе питания человека. Какую пищу можно найти в лесу. Правила безопасного поведения при сборе. Что и как можно приготовить из рыбы. Значение рыбных блюд. Дары моря. Морские обитатели, которых употребляют в пищу. «Кулинарное путешествие» по России. Богатства родного края и приготовление блюд. Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен. Виды витаминов, которые содержатся в продуктах. Как правильно вести себя за столом. Значение правильной осанки при воспитании культуры поведения за столом.

Формы организации видов деятельности: беседа, игра, встреча, практика (работа с сайтом), экскурсия, проект, презентация проекта и т.д.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Форма занятий	Основные виды деятельности учащихся
-------	---------------------------	---------------------	---------------	--

1	Здравствуй, дорогой друг!	1	Беседа	ориентироваться в своей системе знаний: <i>отличать</i> новое от уже известного с помощью учителя;
2	Самые полезные продукты	1	Работа с сайтом	- перерабатывать полученную информацию: <i>делать выводы</i> в результате совместной работы всего класса;
3 4	Из чего состоит наша пища	2	Работа с сайтом	- преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно <i>пересказывать</i> небольшие тексты, называть их тему
5	Ученические проекты «Из чего состоит наша пища»	1	Ученические проекты «Из чего состоит наша пища»	- <i>высказывать</i> своё предположение (версию) на основе работы с проектом и с иллюстрацией учебника;
6 7	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	2	Веселые физминутки	- <i>работать</i> по предложенному учителем плану;
8 9	Закаляйся, если хочешь быть здоров	2	Работа с сайтом	- <i>отличать</i> верно выполненное задание от неверного;
10 11	Как правильно питаться, если занимаешься спортом	2	Составление дневника «Мой день»	- <i>давать</i> эмоциональную оценку деятельности класса на уроке совместно с учителем и другими учениками
12	Составление меню для будущих спортсменов	1		- <i>определять</i> и <i>формулировать</i> цель деятельности на уроке с помощью учителя;
13 14	Где и как готовят пищу?	2	Игры на развитие интереса и желания участвовать в приготовлении пищи, помогать родителям на кухне	- <i>проговаривать</i> последовательность действий на уроке;
15 16	Блюда из зерна	2	Проектные задания	
17 18	Молоко и молочные продукты	3	Викторина	- <i>делать</i> предварительный отбор источников

19				информации: <i>ориентироваться</i> в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
20 21	Что можно есть в походе	2	Игра «На неведомых дорожках»	
22	Вода и другие полезные напитки	1	Викторина	
23 24	Блюда из рыбы	2	Конкурс «В подводном царстве»	- преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно <i>пересказывать</i> небольшие тексты, называть их тему;
25 26	Дары моря	2	Игра «Море чудес»	- ориентироваться в своей системе знаний: <i>отличать</i> новое от уже известного с помощью учителя; - перерабатывать полученную информацию: <i>делать выводы</i> в результате совместной работы всего класса;
27 28 29	Кулинарное путешествие по России	3	Проектная деятельность	- делать предварительный отбор источников информации: <i>ориентироваться</i> в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
30 31	Спортивное путешествие по России	2	Работа с сайтом	- добывать новые знания: <i>находить ответы</i> на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке; - перерабатывать полученную информацию: <i>сравнивать</i> и <i>группировать</i> предметы и их образы;
32	Олимпиада здоровья	1	Работа с сайтом	- преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно <i>пересказывать</i> небольшие тексты, называть их тему;
33 34	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	2	Конкурс «На необитаемом острове»	

35	Как правильно вести себя за столом	1	Беседа «Этикет, правила поведения за столом, сервировка»	
----	------------------------------------	---	--	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятия	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
			План	Факт
1	Здравствуй, дорогой друг!	1		
2	Давайте познакомимся	1		
3	Основные группы питательных веществ Информационные источники о питании	2		
4	Ученические проекты «Из чего состоит наша пища»	1		
5, 6	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	2		
7, 8	Закаляйся , если хочешь быть здоров	2		
9,10	Зависимость рациона питания от физической активности. Составление дневника « Мой день»	2		
11	Составление меню для будущих спортсменов	1		
12,13	Предметы кухонного оборудования Основные принципы работы на кухне	2		
14, 15	Многообразие ассортимента блюд из зерна Проектные задания	2		

16, 17,18	Расширение понятия о молоке и молочных продуктах Молочные блюда разных регионов Викторина	3		
19,20	Флора нашего края, её богатства и разнообразие Игра на неведомых дорожках	2		
21	Вода и другие полезные напитки	1		
22, 23	Ассортимент рыбных блюд Конкурс «В подводном царстве»	2		
24, 25	Многообразие микроэлементов в морепродуктах Игра «Море чудес»	2		
26, 27, 28	Кулинарные традиции донского края Проектная деятельность	3		
29	Спортивное путешествие по России	1		
30	Олимпиада здоровья	1		
31,32	Основные требования к рациону питания Конкурс «На необитаемом острове»	2		
33,34	Основные правила поведения за столом Этикет карточных игр	2		

