

Рабочая программа внеурочной деятельности «Разговор о здоровой пище» составлена на основе:

1. Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 №273-ФЗ.
2. ФГОС НОО со всеми изменениями и дополнениями.
3. Приказа Минобрнауки от 31.12.2015.
4. Письма Минобрнауки РФ от 18.08.2017г. №09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».
5. Письма Министерства просвещения РФ от 07.05.2020г. ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».
6. СанПиН 2.4.2.2821-10 со всеми изменениями и дополнениями.
7. Программы внеурочной деятельности МБОУ «Авторский лицей Эдварса №90».

При переходе на дистанционное обучение программа будет реализована через Российские электронные ресурсы.

### **1. Планируемые результаты освоения курса**

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

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

**Метапредметными результатами** изучения курса являются 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
- Учится 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
- Сравнивать между собой предметы, явления
- Обобщать, делать несложные выводы
- Определять последовательность действий

Программа внеурочной деятельности «Разговор о здоровой пище» адресована учащимся 1 класса.

Занятия проводятся 1 раза в неделю по 35 минут.

## 2. Содержание курса

### 1 класс

**Продукты питания.** Общее представление о полезных продуктах питания, овощах, фруктах, ягодах. Их роль в правильном ежедневном употреблении в пищу. Формирование общего представления о молоке и молочных продуктах, рыбе и морепродуктах. Правильная тепловая обработка продуктов питания.

**Режим питания.** Общее представление о составлении меню, о рационе правильного здорового питания, подбора и совместимости продуктов питания, необходимых для здорового образа жизни.

**Речевой этикет.** Использование формул речевого этикета в процессе ведения диалога. Умение воспринимать речь партнера: понимать смысл высказывания, уточнять его с помощью вопросов, строить высказывание в устной и письменной форме: обдумывать предстоящий ответ.

## 3. Тематическое планирование

| № п/п | Тема занятия                                  | Количество часов |
|-------|-----------------------------------------------|------------------|
| 1     | Если хочешь быть здоров                       | 1                |
| 2     | Если хочешь быть здоров                       | 1                |
| 3     | Самые полезные продукты                       | 1                |
| 4     | Самые полезные продукты                       | 1                |
| 5     | Удивительные превращения пирожка              | 1                |
| 6     | Удивительные превращения пирожка              | 1                |
| 7     | Кто жить умеет по часам                       | 1                |
| 8     | Кто жить умеет по часам                       | 1                |
| 9     | Вместе весело гулять                          | 1                |
| 10    | Вместе весело гулять                          | 1                |
| 11    | Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной | 1                |
| 12    | Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной | 1                |
| 13    | Плох обед, если хлеба нет                     | 1                |

|    |                                                           |     |
|----|-----------------------------------------------------------|-----|
| 14 | Плох обед, если хлеба нет                                 | 1   |
| 15 | Время есть булочки                                        | 1   |
| 16 | Время есть булочки                                        | 1   |
| 17 | Пора ужинать                                              | 1   |
| 18 | Пора ужинать                                              | 1   |
| 19 | На вкус и цвет товарищей нет                              | 1   |
| 20 | На вкус и цвет товарищей нет                              | 1   |
| 21 | Как утолить жажду                                         | 1   |
| 22 | Как утолить жажду                                         | 1   |
| 23 | Что помогает быть сильным и ловким                        | 1   |
| 24 | Что помогает быть сильным и ловким                        | 1   |
| 25 | Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты               | 1   |
| 26 | Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты               | 1   |
| 27 | Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты               | 1   |
| 28 | Праздник здоровья                                         | 1   |
| 29 | Праздник здоровья                                         | 1   |
| 30 | Итоговое занятие «Здоровое питание – отличное настроение» | 1   |
| 31 | Итоговое занятие «Здоровое питание – отличное настроение» | 1   |
| 32 | Итоговое занятие «Здоровое питание – отличное настроение» | 1   |
|    | Итого                                                     | 32ч |