

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Комсомольская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена на заседании
Методического совета школы и
рекомендована к утверждению
протокол № 4 от 30.08. 2023 г

Утверждена
приказом № 180 от 31.08.2023 г
Директор школы Зтн О.В. Зоткина



**Рабочая программа
внеурочной деятельности
по интеллектуальному и социокультурному
направлению
«Разговор о правильном питании»
6 класс
с использованием оборудования центра
«Точка роста»**

Срок реализации 1 год
(1 час в неделю, 34 часа в год)

2023г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности по интеллектуальному и социокультурному направлению «Разговор о правильном питании» разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования от от 31.05.2021 № 287;
- Образовательной программы основного общего образования МБОУ «Комсомольская СОШ»;
- Учебного плана МБОУ «Комсомольская СОШ»;
- Положения о рабочей программе учителя МБОУ «Комсомольская СОШ».

Программа ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения Программы основного общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Актуальность курса заключается в том, что она способствует воспитанию у детей представления о рациональном питании как составной части культуры здоровья, сохранения ими здоровья как главной человеческой ценности.

Цель курса: формирование у учащихся основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Формы занятий внеурочной деятельности: беседы, дискуссии, мастер-классы, решения кейсов, коммуникативные и деловые игры, конкурсы, проектная деятельность. Основной формой проведения занятий является урок.

Место данного курса в учебном плане:

Программа внеурочной деятельности имеет деятельностную и практическую направленность. Рассчитана на 1 год обучения (34 часа в год, 1 час в неделю). Занятия по программе проводятся во внеурочное время.

Взаимосвязь с программой воспитания: программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется:

в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в программе воспитания;

в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках внеурочной деятельности по интеллектуальному и социокультурному направлению «Разговор о правильном питании» программы воспитания;

в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность.

С целью эффективности использования компьютерного и презентационного оборудования, полученного в рамках реализации мероприятия регионального проекта «Цифровая образовательная среда» по внедрению цифровой образовательной среды, в школе обеспечено:

- широкое применение цифрового оборудования при реализации внеурочной деятельности по интеллектуальному и социокультурному направлению «Разговор о правильном питании»;

- активизирована деятельность обучающихся по использованию цифровых образовательных платформ во внеурочной деятельности образовательного процесса.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Профориентация».

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

Личностные результаты

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения;
- умение ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности.
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков).
- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- слушать и понимать речь других.

Предметные результаты:

- осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;
- развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;
- получение первоначальных представлений о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества;
- знакомство с миром профессий и важностью правильного выбора профессии.
- осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества; - формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда;
- уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства;
- овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда.

Содержание курса внеурочной деятельности (34 ч)

Раздел 1. Введение. Здоровье человека и факторы, его определяющие (6 ч)

Введение. Строение тела человека - общий обзор. Системы органов. Работа систем органов. Викторина «Знаю ли я себя?» Что такое здоровье? Состояние здоровья современного человека. Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. Пищевые продукты и питательные вещества. Полезные и вредные продукты. Пирамида здорового питания. Режим питания. Составление меню выходного дня.

Раздел 2. Алиментарно-зависимые заболевания (5 ч)

Алиментарно-зависимые заболевания и факторы их вызывающие. Нарушение питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний. Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний. БАДы.

Раздел 3. Физиология питания (6 ч)

Строение пищеварительной системы человека. Механизм пищеварения. Обмен веществ в организме человека. Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ. Рацион питания школьника.

Раздел 4. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов(12 ч)

Традиции питания разных народов. Питание народов России. Диеты. Полезные и вредные продукты. Фастфуд. Кулинарная обработка пищевых продуктов. Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов.

Раздел 5. Санитария и гигиена питания(5 ч)

Основные функции и правила гигиены питания. Пищевые отравления. Инфекционные заболевания. Паразитарные заболевания. Правила первой помощи при пищевых отравлениях.

Тематическое планирование

№ п/п	Раздел и тема	Всего часов	Количество теоретических часов	Количество практических часов
1	Введение. Здоровье человека и факторы, его определяющие	6ч	4ч	2ч
2	Алиментарно-зависимые заболевания	5ч	3ч	2ч
3	Физиология питания	6ч	4ч	2ч
4	Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов	12ч	8ч	4ч
5	Санитария и гигиена питания	5 ч	4ч	1ч
6	Итого	34ч	23ч	11ч