

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования

Ростовской области

Управление образования Администрации города Новочеркасска

МБОУ СОШ №25 им. П.К. Каледина

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО
классных руководителей

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по ВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ
№25 им.П.К.Каледина

Галыбина Е.А.
Протокол №1 от 30.08.2023 г.

Павлова Е.М.

Ковалева Т.В.
Приказ №249 от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Экологический образ жизни (правильное питание)»

для обучающихся 5-8 классов

г.Новочеркасск

2023 г.

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Экологический образ жизни (правильное питание)» составлена на основе образовательной программы, разработанной специалистами Института возрастной физиологии Российской академии образования под руководством М.М. Безруких, директора этого института, академика РАО и методического пособия для учителей/ Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011.; в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования; с рекомендациями Примерных программ внеурочной деятельности; с особенностями образовательного учреждения, образовательных потребностей и запросов родителей обучающихся.

Цель программы внеурочной деятельности - формирование у подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Задачи программы внеурочной деятельности:

1. формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
2. формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укрепления здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
3. освоение подростками практических навыков рационального питания;
4. формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
5. информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
6. развитие творческих способностей и кругозора у подростков, их интересов и познавательной деятельности.

Программа курса внеурочной деятельности «Экологический образ жизни.(правильное питание)» рассчитана на 8 часов в 5 и 8 классах, в 6-7 классах 17 часов.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты освоения программы внеурочной деятельности:

- 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 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;
- рефлексировать личные затруднения при работе с информацией; формулировать индивидуальные учебные задачи по преодолению этих затруднений.
- находить необходимую информацию в библиотеке, Интернете, музее.
- пересказывать полученную информацию своими словами, представлять ее.
- различать достоверные объективные знания и субъективные мнения о них.
- называть правила работы в группе сотрудничества, участвовать в планировании ее действий.
- Позиционировать себя в роли учителя, эксперта, консультанта.

Познавательными результатами освоения программы являются :

- умение узнавать изученные объекты и явления живой природы;
- умение использовать различные справочные материалы для поиска необходимой информации;
- умение обнаруживать простейшие взаимосвязи в живой и неживой природе; умение использовать их для объяснения необходимости здорового питания. Коммуникативные результатами освоения программы являются
- умение планировать в сотрудничестве с учителем и одноклассниками свою деятельность;
- умение формулировать собственное мнение и позицию;
- умение строить простейшие монологические высказывания;
- умение задавать вопросы; умение контролировать действия партнёров при работе в группах и парах, оказывать необходимую взаимопомощь.

Формы организации : ролевая игра, ситуационная игра, образно - ролевые игры, дискуссия, обсуждение, проекты.

Виды деятельности: игровая и познавательная деятельность

Календарно- тематическое планирование в 5, 8 классах

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			По плану	По факту
1.	Основы правильного питания (исследовательская работа)	1	19.09.	
2.	Меню школьника.	1	25.09.	
3.	Экологичный образ жизни	1	08.11	
4.	Правила экологичного образа жизни. (практикум)	1	14.11	
5.	Письмо курящему сверстнику. Почему это вредно.	1	01.12	
6.	Здоровье своими руками	1	21.02	
7.	Экологические навыки	1	19.03	
8	Правильное здоровое питание (мероприятие месячника правильного питания)	1	10.04	
	Итого:	8		

Календарно- тематическое планирование в 6-7 классах

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			По плану	По факту
1.	Основы правильного питания (исследовательская работа)	2	19.09. 19.09	
2.	Меню школьника.	2	25.09. 25.09	
3.	Экологичный образ жизни	2	08 11 11 11	
4.	Правила экологичного образа жизни. (практикум)	2	14 11 14.11	
5.	Письмо курящему сверстнику. Почему это вредно.	2	01.12 01.12	
6.	Здоровье своими руками	1	21.02	
7.	Экологические навыки	2	19.03 19.03	
8	Правильное здоровое питание (мероприятие месячника правильного питания)	2	10.04 10.04	
	Важные витамины для организма.	2	24.04 24.04	
	Итого:	17		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 404802855474637294615845180588164683728956522365

Владелец Ковалева Татьяна Валерьевна

Действителен с 08.12.2022 по 08.12.2023