

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа №3 городского округа Чапаевск Самарской области

<p>«Рассмотрено» Руководитель МО _____ Карасева Н.Н.. Протокол заседания МО №__ от «27» августа 2022 г.</p>	<p>«Проверено» Заместитель директора по УВР ГБОУ СОШ №3 г.о. Чапаевск _____ Рачейская Н.Н. «27» августа 2022 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор ГБОУ СОШ №3 г.о. Чапаевск _____ Кочеткова Е.А. «27» августа 2022 г.</p>

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет (курс) внеурочной деятельности « Разговор о  
правильном питании» Класс 8 класс

В каждом классе –1 час в неделю, всего- 34 часа.

Рассмотрена на заседании МО  
эстетического  
цикла

Протокол №1 от «29» августа 2022 г.

Председатель МО Лютова О.А. (ФИО) (подпись)

Наименование предмета	Внеурочная деятельность «Разговор о правильном питании»
Уровень, класс	Основное общее образования, 5- 8 классы
Количество часов по учебному плану	8 класс
- в неделю	1
- в год	34
Программа	Авторская программа М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева, М., издательство «Нестле. Правильное питание»», 2020 год.
Материалы для обучающихся	Формула правильного питания. Рабочая тетрадь / М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. — М.: ОЛМА Медиа Групп, 2020.
	Две недели в лагере здоровья. Рабочая тетрадь . / М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. — М.: ОЛМА Медиа Групп, 2020.
Методические материалы для учителя	М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева, М. Формула правильного питания /Методическое пособие. – М.: ОЛМА Медиа Групп,-2020 .

### Пояснительная записка

Программа «**Разговор о правильном питании**» основного общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования, с учётом распределённых по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, примерной программы воспитания., концепции духовно нравственного развития и воспитания личности гражданина России

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» для 8 классов составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.
- Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ СОШ №3 г.о. Чапаевск,

- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, письмо Минобрнауки России от 18.08.2017 № 1672;
- Программы воспитания ГБОУСОШ №3 г.о. Чапаевск

### **Планируемые результаты обучения.**

#### **Метапредметные.**

##### **В повседневной жизни обучающиеся научатся:**

- 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;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

##### **Личностные результаты освоения программы внеурочной деятельности**

Готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания, полезных продуктов, способов приготовления пищи.

#### **Результативность реализации воспитательного потенциала внеурочной деятельности**

В повседневной жизни учащиеся смогут

- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания,
- сознательно выбирать наиболее полезные продукты,
- развивать представление об адекватности питания, его соответствия росту, весу, возрасту, образу жизни человека,
- проявлять познавательный интерес и активность в области здорового питания,
- овладевать установками, нормами и правилами правильного питания.

#### **Предметные.**

В повседневной жизни и при изучении других предметов обучающиеся научатся:

- описывать признаки предметов и узнавать по их признакам;
- выделять существенные признаки предметов;
- сравнивать между собой предметы, явления;
- обобщать, делать несложные выводы;
- определять последовательность действий.

## Содержание курса 8 класса

Ты – покупатель., Правила совершения покупок в магазине. Отделы в магазине.

Ты готовишь себе и друзьям.Как хранить продукты, этикет, полезные блюда.

Кухни разных народов.Рецепты русской, европейской, кавказской, японской и др. кухонь. Производства различных групп блюд и кулинарных изделий : холодные блюда и закуски, горячие закуски, первые блюда, вторые блюда, десерты, напитки, мучные блюда, и мучные кондитерские изделия. Рецептуры различных групп блюд и кулинарных изделий.

Кулинарная история. Как питались наши предки.

Как питались на Руси и в России.

Необычное кулинарное путешествие. Тема еды в произведениях художников, в литературе, музыке.

### ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ.

Ролевая игра базируется на изображении ее участниками определенных персонажей, действующих в заданных условиях. В ходе взаимодействия участники игры должны решить поставленную перед ними задачу. Ролевые игры оказываются весьма эффективными при освоении подростками навыков поведения в различных ситуациях (при изучении темы «Где и как мы едим» подростки должны продемонстрировать варианты поведения в кафе — игра «Кафе»).

Ситуационная игра предполагает четко заданный сценарий действий и ориентирована на конкретный результат (при изучении темы «Продукты разные важны, блюда разные важны» подростки должны распределить продукты по трем цветным «столам», в зависимости от частоты употребления того или иного продукта в пищу).

Образно-ролевые игры позволяют активизировать конкретно чувственный опыт, сформировать определенное эмоциональное отношение к тому или иному фактору (при изучении темы «Здоровье — это здорово» подростки должны представить пантомиму, изобразив полезные и вредные привычки — игра «Угадай-ка»).

Проектная деятельность основывается на творчестве, самостоятельной работе подростков для решения поставленной задачи (в теме «Кулинарная история» подростки готовят викторину для своих одноклассников, посвященную кулинарии в Средние века).

Дискуссия, обсуждение. Основная задача заключается в формировании у подростка личной позиции в отношении того или иного вопроса. Дискуссия может быть организована в форме круглого стола, брейнринга и т. п.

Просматривание отрывков из художественных фильмов, журнала «Ералаш», мультфильмов, рассматривание ситуативных иллюстраций, проектная деятельность, чтение по ролям, рассказ по картинкам, викторина, конкурс, выставка, экскурсия, инсценировка, соревнование.

Проверка усвоения программы проводится в форме анкетирования, тестирования, выполнения творческих заданий.

**Форма промежуточной аттестации** - Защита проекта, проведение выставок работ учащихся, игр, викторин.

### Тематическое планирование 8 класс

№	Тема	Количество часов	Виды деятельности	Модуль «Курсы внеурочной деятельности»
1	Ты- покупатель	6	Беседа. Работа в тетрадях Просмотр фильма	Видео-урок
2	Ты готовишь себе и друзьям	6	Беседа. Просмотр фильма. Оформление проекта.	Урок-лекция
3	Кухни разных народов	6	Экскурсия. Просмотр фильма. Беседа	Урок-экскурсия
4	Кулинарная история	6	Подготовка сообщений, Практическая работа.	Урок-экскурсия
5	Как питались на Руси и в России	6	Защита проекта	Урок-беседа
6.	Необычное кулинарное путешествие (еда в живописи, музыке)	4	Прослушивание просмотр	Урок-лекция
	Итого	34		