

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА НОВООРСКОГО РАЙОНА»  
ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ

«СОГЛАСОВАНО»  
педагогическим советом  
МБУ ДО «ЦДТ Новоорского района»  
Протокол № 1 от 30.08 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБУ ДО  
«ЦДТ Новоорского района»  
 А.С. Петряева  
Приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«Разговор о правильном питании»**

Адресат: 7-10 лет  
Срок реализации: 4 года

Автор – составитель:  
Тамбасва Гульбану Ильясовна  
педагог дополнительного образования  
высшей квалификационной категории

Новоорск, 2020 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

I.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1.1	Направленность программы	3
1.1.2	Уровень освоения программы	4
1.1.3	Актуальность программы	4
1.1.4	Отличительные особенности программы от существующих	5
1.1.5	Адресат программы	5
1.1.6	Объем и сроки освоения программы	5
1.1.7	Формы организации образовательного процесса	5
1.1.8	Режим занятий	6
1.2.	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	6
1.3.	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	7
1.3.1.	Учебный план	7
1.3.2.	Содержание учебного плана	8
1.4.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	9
П.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	10
2.1	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	10
2.2.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	10
2.2.1.	Условия набора в творческое объединение	10
2.2.2.	Условия формирования групп	11
2.2.3.	Количество детей в группах	11
2.2.4.	Кадровое обеспечение	11
2.2.5.	Материально-техническое обеспечение	11
2.2.6.	Рабочие программы	12
2.3.	ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ	12
2.4.	ОЦЕНОЧНЫЕ И ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	13
2.5.	МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	15
	ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ	16
	ПРИЛОЖЕНИЯ	17
	<i>Приложение 1. Характеристика возрастных особенностей обучающихся</i>	

	<i>Приложение 2.</i> Рабочие программы к дополнительным общеразвивающим программам	
	<p><i>Приложение 3.</i> Обеспечение индивидуального (дифференцированного) подхода при реализации программы.</p> <p>(Пример оформления индивидуального образовательного маршрута (индивидуального плана работы над проектом), перечень тем индивидуальных работ, проектов; примеры разноуровневых заданий и т.п.)</p>	
	<i>Приложение 4.</i> Диагностические материалы	

# I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1.1 Направленность программы

Программа имеет естественнонаучную направленность.

Она ориентирована на :

- *формирование и развитие творческих способностей учащихся;*
- *удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном и интеллектуальном развитии;*
- *выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;*
- *социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе;*
- *формирование общей культуры учащихся;*
- *удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов учащихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.*

Обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Разговор о правильном питании» будет проходить по модулям, каждый модуль соответствует одному году обучения.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990г.);
- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (в действующей редакции) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Закон Оренбургской области от 6 сентября 2013 г. № 1698/506-V-ОЗ «Об образовании в Оренбургской области» (с изменениями на 29/10/2015);
- Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. № 240 "Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства"(2018 - 2027 годы);
- Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы» (Постановление Правительства РФ от 30.12.2015г. № 1493).
- Государственная программа «Развитие системы образования Оренбургской области» (Постановление правительства Оренбургской области от 29.12.2018 г. № 921-п.п.);
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением

Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р);

- Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов (утв. Президентом РФ 03.04.2012 N Пр-827).

### **1.1.2. Уровень освоения программы**

Программа имеет базовый уровень усвоения.

### **1.1.3. Актуальность программы**

Программа «Разговор о правильном питании» составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО на основе Программ: «Разговор о правильном питании» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2009), «Две недели в лагере здоровья» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2007), «Формула правильного питания» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2009).

Содействие здоровому образу жизни, создание условий для активизации субъективной позиции ребенка, формирование культуры питания, готовность поддерживать свое здоровье в оптимальном состоянии – одна из первоочередных задач процесса воспитания.

В настоящее время в России в связи с глубоким общественно-экономическим кризисом произошло резкое снижение показателей здоровья и социальной защищенности детей. Это привело, в частности, к тому, что на этапе поступления в школу, как показывают обобщенные данные последних лет, в среднем 28% детей имеют хронические заболевания. Данные научных исследований показывают, что здоровье зависит от следующих факторов: медицинского обслуживания, наследственности, экологии и образа жизни. Следовательно, одна из основных задач учебного процесса – это сохранение здоровья детей, формирование у школьников потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение мотивации к этому. Наметившаяся во всем мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию образовательно – оздоровительных программ.

### **1.1.4. Отличительные особенности программы от существующих**

В отличие от многих других обучающих программ, «Разговор о правильном питании» носит комплексный характер и охватывает разные аспекты питания, в том числе и связанные с российской историей и культурой. Содержание и структура программы обеспечивает возможность организации системного обучения обучающихся, с учетом их возрастных особенностей.

В ходе реализации программы дети узнают о важности соблюдения режима питания, об основных питательных веществах, входящих в состав пищи, полезных продуктах и блюдах, основах составления рациона питания, правилах гигиены, учатся сервировать стол и соблюдать правила этикета, а также традициях и кулинарных обычаях, как своей страны, так и других стран.

### **1.1.5. Адресат**

Программа рассчитана на детей в возрасте 6,5 - 11 лет.(Приложение 1)

### **1.1.6. Объем и сроки освоения программы**

Занятия проводятся из расчета 1 час в неделю. 1 год – 36 часов, 2 год – 36 часов, 3 год -36 часов, 4 год -36 часов)

### **1.1.7. Формы организации образовательного процесса**

Форма обучения по данной программе очная, дистанционная (каникулярное время, в условиях санитарной эпидемиологической обстановки в период пандемии, с использованием сообщества в группах VK, мессенджеры: Viber WhatsApp)

Формами организации образовательного процесса являются:

- групповые занятия,
- индивидуальные занятия.

Формы организации занятий - мастер-классы, выставки, комбинированные занятия, занятия-путешествия и другие виды учебных занятий

### **1.1.8. Режим занятий**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу .

Еженедельная нагрузка на одного ребенка составляет 1 час

## **1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

Цель программы: воспитание у детей культуры питания, осознания ими здоровья как главной человеческой ценности.

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

- формирование и развитие представления школьников о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми практических навыков рационального питания;
- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- информирование школьников 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;
- развитие творческих способностей и кругозора детей, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 1.3.1. Учебный план

#### Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Разговор о правильном питании»

Название модуля	Название раздела	Всего часов	Теория	Практика	Формы текущего контроля и промежуточной аттестации
(1 год обучения)	Разнообразие питания	5	1	4	беседа
	Гигиена питания и приготовление пищи	11	2	9	Беседа, опрос, практическая работа
	Этикет	9	1	8	Беседа, опрос, практическая работа
	Рацион питания	5	1	4	Беседа, опрос, практическая работа
	Из истории русской кухни.	6	1	5	
	<b>ИТОГО:</b>	36	5	31	
(2 год обучения)	Разнообразие питания	5	3	2	
	Гигиена питания и приготовление пищи	13	7	6	Беседа, опрос, практическая работа
	Этикет	9	2	7	Беседа, опрос, практическая работа
	Рацион питания	5	2	3	Беседа, опрос, практическая работа
	Из истории русской кухни.	4	1	3	
	<b>ИТОГО:</b>	36	15	21	
(3 год обучения)	Разнообразие питания	5	3	2	
	Гигиена питания и приготовление пищи	13	7	6	Беседа, опрос, практическая работа
	Этикет	9	2	7	Беседа, опрос, практическая работа
	Рацион питания	5	2	3	Беседа, опрос, практическая работа
	Из истории русской кухни.	4	1	3	Беседа, опрос, практическая работа
	<b>ИТОГО:</b>	36	15	21	
(4 год обучения)	Разнообразие питания	5	2	3	

	Гигиена питания и приготовление пищи	15	5	10	Беседа, опрос, практическая работа
	Этикет	7	2	5	Беседа, опрос, практическая работа
	Рацион питания	5	3	2	Беседа, опрос, практическая работа
	Из истории русской кухни.	4	1	3	Беседа, опрос, практическая работа
	<b>ИТОГО:</b>	<b>36</b>	<b>13</b>	<b>23</b>	

### 1.3.2. Содержание учебного плана

#### Содержание программы «Разговор о правильном питании» 1-й год обучения

Содержание	Теория	Практика
1. Разнообразие питания.	Знакомство с программой . Беседа.	Экскурсия в столовую.
2. Самые полезные продукты	Беседа «Какие продукты полезны и необходимы человеку». Учимся выбирать самые полезные продукты.	Работа в тетрадях, сюжетно-ролевые игры, экскурсии в магазин.
3. Правила питания.	Формирование у школьников основных принципов гигиены питания.	Работа в тетрадях, оформление плаката с правилами питания.
4. Режим питания.	Важность регулярного питания. Соблюдение режима питания.	Сюжетно-ролевая игра, соревнование, тест, демонстрация удивительного превращения пирожка
5. Завтрак	Беседа «Из чего варят кашу». Различные варианты завтрака.	Игры, конкурсы, викторины. Составление меню завтрака.
6. Роль хлеба в питании детей	Беседа «Плох обед, если хлеба нет».Рацион питания,обед.	Игры, викторины, конкурсы. Составление меню обеда.
7. Проектная деятельность.	Определение тем и целей проекта, формы организации, разработка плана проекта.	Выполнение проектов по теме «Плох обед, если хлеба нет».
8. Подведение итогов работы.		Творческий отчет вместе с родителями.

#### 2год обучения

Содержание	Теория	Практика
1. Вводное занятие	Повторение правил питания	Ролевые игры
2. Путешествие по улице «правильного питания».	Знакомство с вариантами полдника	Игра, викторины
3. Молоко и молочные продукты.	Значение молока и молочных продуктов	Работа в тетрадях, составление меню.Конкурс-викторина



4. Продукты для ужина.	Беседа «Пора ужинать» Ужин, как обязательный компонент питания	Составление меню для ужина. Оформление плаката «Пора ужинать». Ролевые игры
5. Витамины.	Беседа «Где найти витамины в разные времена года».	Составление и отгадывание кроссвордов, практическая работа ролевые игры.
6. Вкусовые качества продуктов.	Беседа «На вкус и цвет товарища нет».	Практическая работа по определению вкуса продуктов. Ролевые игры
7. Значение жидкости в организме.	Беседа «Как утолить жажду» Ценность разнообразных напитков.	Работа в тетрадях. Ролевые игры. Игра – демонстрация «Из чего готовят соки»
8. Разнообразное питание.	Беседа «Что надо есть, чтобы стать сильнее». Высококалорийные продукты.	Работа в тетрадях, составление меню второго завтрака в школе, ролевые игры.
9. Овощи, ягоды, фрукты – витаминные продукты.	Беседа «О пользе витаминных продуктов». Значение витаминов и минеральных веществ в питании человека.	КВН «Овощи, ягоды, фрукты самые витаминные продукты». Каждому овощу свое время. Ролевые игры.
10. Проведение праздника «Витаминная страна».		Конкурсы, ролевые игры.
11. Семейное творческое содружество детей и взрослых. Проект «Самый полезный продукт».		
12. Подведение итогов.		Отчет о проделанной работе.

### 3 год обучения

Содержание	Теория	Практика
1. Вводное занятие.	Обобщение имеющихся знаний об основах рационального питания	Знакомство с рабочей тетрадью « Две недели в лагере здоровья»
2. Состав продуктов.	Беседа «Из чего состоит пища». Основные группы питательных веществ	Оформление дневника здоровья. Составление меню. Оформление стенгазеты «Из чего состоит наша пища».
3. Питание в разное время года	Беседа «Что нужно есть в разное время года» Блюда национальной кухни	Ролевые игры. Составление меню. Конкурс

		кулинаров.
4. Как правильно питаться, если занимаешься спортом.	Беседа «Что надо есть, если хочешь стать сильнее». Рацион собственного питания.	Дневник «Мой день». Конкурс «Мама папа я - спортивная семья».
5. Приготовление пищи	Беседа «Где и как готовят пищу» Устройство кухни Правила гигиены.	Экскурсия на кухню в школьной столовой. Ролевые игры. Конкурс «Сказка, сказка, сказка».
6. В ожидании гостей.	Беседа «Как правильно накрыть стол» Столовые приборы	Ролевые игры. Конкурс «Салфеточка».
7. Молоко и молочные продукты	Беседа «Роль молока в питании детей». Ассортимент молочных продуктов.	Игра - исследование «Это удивительное молоко». Игра «Молочное меню». Викторина.
8. Блюда из зерна	Полезность продуктов, получаемых из зерна. Традиционные народные блюда из продуктов, получаемых из зерна.	Ролевые игры. Конкурс «Хлебопеки». Праздник «Хлеб всему голова».
9. Проект «Хлеб всему голова»		
10. Творческий отчет.		

#### 4 год обучения

Содержание	Теория	Практика
1 Вводное занятие	Повторение правил питания	Ролевые игры
2. Растительные продукты леса	Беседа: «Какую пищу можно найти в лесу» Правила поведения в лесу. Правила сбора грибов и ягод.	Работа в тетрадях. Отгадывание кроссворда. Игра «Походная математика» Игра – спектакль «Там на неведомых дорожках»
3. Рыбные продукты	Беседа «Что и как можно приготовить из рыбы» Важность употребления рыбных продуктов.	Работа в тетрадях Эстафета поваров «Рыбное меню» Конкурс рисунков «В подводном царстве» Конкурс пословиц и поговорок»
4. Дары моря	Беседа о морепродуктах. Блюда из морепродуктов Знакомство с обитателями моря.	Работа в тетрадях. Викторина «В гостях у Нептуна»
5. Кулинарное путешествие по России»	Знакомство с традициями питания регионов, историей быта своего народа	Работа в тетрадях Конкурс – рисунков «Вкусный маршрут» Игра – проект «Кулинарный глобус»
6 Рацион питания	Рассмотреть проблему «Что можно	Работа в тетрадях .

	приготовить,если выбор продуктов ограничен»	« Моё недельное меню» Конкурс « На необитаемом острове»
7.Правила поведения за столом	Беседа « Как правильно вести себя за столом». Знакомство со стихотворением « Назидание о застольном невежестве»	Работа в тетрадях. Сюжетно – ролевые игры.
8.Накрываем стол для родителей		
9.Проектная деятельность.	Определение тем и целей проектов, форм их организации Разработка планов работы, составление плана консультаций с педагогом	Выполнение проектов по теме « _____ » Подбор литературы. Оформление проектов.
10.Подведение итогов работы		

#### 1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

##### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы**

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

— умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для

достижения её цели; — умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;

— оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— использовать различные способы поиска (в справочных источниках и открытом учебном

информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями; — общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; **Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;

— оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— применять знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;

— применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Название модуля	Дата начала занятия	Дата окончания занятия	Количество учебных недель	Количество учебных занятий	Количество учебных часов
(1 год обучения)	1.10	30.04	36	36	36
(2 год обучения)	1.10	30.04	36	36	36
(3 год обучения)	1.10	30.04	36	36	36
(4 год обучения)	1.10	30.04	36	36	36

Праздничные не учебные дни: 1-8 января, 8 марта, 23 февраля, 9 мая...

Каникулы: 1 июня - 31 августа.

### 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

#### 1.2.1 Условия набора в коллектив

В объединение «Разговор о правильном питании» принимаются все желающие.

#### 2.2.2 Условия формирования групп

На первый год обучения по программе «Разговор о правильном питании» группа формируется из учащихся одного возраста: 7 лет (если учащиеся проходят обучение по второму году обучения), при переводе на второй год обучения возможен дополнительный набор учащихся в группу для полной комплектации.

#### 2.2.3. Количество детей в группах

Группы 1 года обучения – состоят из 15 учащихся.

Группы 2 года обучения – состоят из 15 человек.

Группа 3 года обучения - состоят из 15 человек.

Группа 4 года обучения - состоят из 15 человек.

#### 2.2.4 Кадровое обеспечение

Реализовать Программу может педагог, обладающий компетентностью в преподаваемой области и соответствующий требованиям Профессионального стандарта педагога дополнительного образования детей и взрослых; педагог, мотивированный на непрерывное повышение квалификации, инновационное поведение.

Педагог должен обеспечивать педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов обучения исходя из психофизиологической и педагогической целесообразности, используя современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы. Педагогу необходимо проводить занятия, опираясь на достижения в области методической, педагогической и психологической, технической наук, а также современных информационных технологий.

### **2.2.5 Материально-техническое обеспечение**

Для реализации Программы используются следующие материалы:

- учебно-тематический план;
- календарно-тематический план;
- ресурсы информационных сетей по методике проведения занятий ;
- комплекты заданий;
- Интерактивная доска (проекционный экран)
- Компьютер
- Проектор

Учебная деятельность школьников строится по следующим модулям:

- гигиена питания;
- режим питания,
- рацион питания,
- культура питания,
- разнообразие питания,
- этикет,
- традиции и культура питания.

Дети проводят исследовательскую работу по различным темам, ходят на экскурсии на различные предприятия, оформляют плакаты по правилам правильного питания , выполняют практические работы. Всё это позволяет реально сформировать у обучающихся полезные навыки и привычки в области рационального здорового питания.

### **2.2.6. Рабочие программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Разговор о правильном питании » включает в себя следующие рабочие программы: Рабочая программа 1 года обучения, рабочая программа 2 года обучения, рабочая программа 3 года обучения, рабочая программа 4 года обучения.

### 2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: **входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.**

**Входная диагностика** проводится **в сентябре** с целью выявления первоначального уровня знаний, умений и возможностей детей.

*Формы:*

- *собеседование;*
- *анкетирование;*
- *педагогическое наблюдение;*
- *выполнение практических заданий педагога и др.*

**Текущий контроль** осуществляется на занятиях **в течение всего учебного года** (после каждого занятия) для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

*Формы:*

- *педагогическое наблюдение;*
- *творческой работа;*
- *викторина;*
- *работа по квест-картам;*
- *тестирование;*
- *решение кроссвордов;*
- *конкурс и др.*

**Промежуточная аттестация (промежуточный контроль).** Предусмотрен **2 раза в год (декабрь, апрель)** с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

*Формы:*

- *устный и письменный опрос;*
- *творческий показ;*
- *выставка;*
- *презентация проектов и др.*

**Аттестация по завершении реализации программы (итоговый контроль)** проводится **в мае**, с целью оценки уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеразвивающей программы (всего периода обучения по программе).

*Формы:*

- *выставка*

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов используются:

- *портфолио;*
- *видео и фотоматериалы.*

## 2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ И ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Планируемые результаты	Диагностические методики и задания (1-2 год обучения)	Сроки проведения	Диагностические методики и задания (3-4 год обучения)	Сроки проведения
Личностные	Анкета для оценки уровня мотивации (Я рисую, я учусь)	Сентябрь	Анкета для оценки уровня мотивации (Я рисую, я учусь)	Сентябрь
	Шкала выраженности учебно-познавательного интереса по (Г.Ю. Ксензовой).	Декабрь	Шкала выраженности учебно-познавательного интереса (Я познаю мир искусства)	Декабрь
	Опросник мотивации (Личностный опросник Кетелла)	Май	Опросник мотивации (Я художник)	Май
Метапредметные	Ролевая игра «Я умею, я могу» Определение уровня сформированности познавательных УУД	Сентябрь	Ролевая игра «Я рисую» Определение уровня сформированности познавательных УУД	Сентябрь
	Определение уровня сформированности коммуникативных УУД (Методика «Кто прав?» (Г.А. Цукерман)	Декабрь	Определение уровня сформированности коммуникативных УУД	Декабрь
	Определение уровня сформированности коммуникативных УУД (Что если?...)	Май	Определение уровня сформированности коммуникативных УУД (Возможно ли?)	Май
Предметные	(конкурсы, конкурс-эстафета, викторина)	Сентябрь	(конкурсы, конкурс-эстафета, викторина)	Сентябрь
	(Выставка, кроссворд, викторина)	Декабрь	(просмотр работ, тест, конкурсы, викторина)	Декабрь
	(просмотр работ, тест, конкурсы, викторина)	Май	(просмотр работ, тест, конкурсы, викторина)	Май

**Формами подведения итогов** реализации программы и контроля деятельности являются:

- 1) участие детей в творческих соревнованиях;
- 2) выставки детских творческих работ;
- 3) мониторинг достижений детей.

Мониторинг достижения детьми итоговых результатов освоения программы:

1. Навык подбора необходимых деталей (по форме и цвету)

Высокий. Может самостоятельно, быстро и без ошибок выбрать необходимые детали.



Средний. Может самостоятельно, но медленно, без ошибок или с небольшими неточностями выбрать необходимую деталь.

Низкий. Не может без помощи педагога выбрать необходимую деталь.

## 2. Умение проектировать по образцу

Высокий. Может самостоятельно, быстро и без ошибок проектировать по образцу, самостоятельно исправляя допущенные ошибки.

Средний. Может проектировать по образцу, исправляя допущенные ошибки под руководством педагога.

Низкий. Не видит ошибок при проектировании по образцу, может проектировать по образцу только под контролем педагога.

## 3. Умение конструировать по пошаговой схеме

Высокий. Может самостоятельно, быстро конструировать по пошаговой схеме, самостоятельно исправляя допущенные ошибки.

Средний. Может конструировать по пошаговой схеме, исправляя допущенные ошибки под руководством педагога.

Низкий. Не может понять последовательность действий при проектировании по пошаговой схеме, может конструировать по схеме только под контролем педагога.

## 2.5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### Методы обучения по программе

Для реализации Программы используются следующие материалы:

- учебно-тематический план;
- календарно-тематический план;
- ресурсы информационных сетей по методике проведения занятий и подбору схем изготовления конструкций;
- схемы пошагового конструирования;
- комплекты заданий;
- таблицы для фиксации результатов образовательных результатов;

### Педагогические технологии

При реализации программы используются следующие педагогические технологии:

- технология группового обучения - для организации совместных действий, коммуникаций, общения, взаимопонимания и взаимопомощи;
- технология дифференцированного обучения – применяются задания различной сложности в зависимости от интеллектуальной подготовки уча-щихся;
- технология эдьютеймент – для воссоздания и усвоения обучающи-мися изучаемого материала, общественного опыта и образовательной дея-тельности;
- технология проблемного обучения – для творческого усвоения знаний, поэтапного формирования умственных действий, активизации различных операций мышления;

- технология проектной деятельности - для развития исследовательских умений; достижения определенной цели; решения познавательных и практических задач; приобретения коммуникативных умений при работе в группах;

- информационно-коммуникационные технологии – применяются для расширения знаний, выполнения заданий, создания и демонстрации презентаций на занятиях, проведения диагностики и самодиагностики.

**Формы организации деятельности, направленной на воспитание и социализацию учащихся.**

кроссворды и викторины;

наглядно-теоретическая база в виде пособий.

## ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ

### Нормативные документы

1. Данилюк, А. Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. – М.: Просвещение, 2011.
  2. Концепция развития дополнительного образования детей [электронный ресурс] / «Электронная газета» <http://www.rg.ru/2014/09/08/obrazovanie-site-dok.html>. – Режим доступа: – Документы. – (Дата обращения: 20.05.2020);
  3. Программа развития воспитательной компоненты в общеобразовательных организациях [электронный ресурс] / – Режим доступа: <http://edu-frn.spb.ru/educ/talent/?download=6> – (Дата обращения: 20.05.2020);
  4. СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей [электронный ресурс]/ «Электронная газета». – Режим доступа: <http://www.rg.ru/2014/10/03/sanpin-dok.html>. – Документы. – (Дата обращения: 20.05.2020);
  5. Федеральный Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» [электронный ресурс] / Кодексы и законы РФ. – Режим доступа: <http://www.zakonrf.info/zakon-ob-obrazovanii-v-rf/> – Законы. – (Дата обращения: 20.05.2020).
  6. Паспорт приоритетного проекта "Доступное дополнительное образование для детей» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам, протокол от 30.11.2016 N 11) [электронный ресурс]: «Законы, кодексы и нормативно-правовые акты в Российской Федерации». – Режим доступа: - <http://legalacts.ru/doc/pasport-prioritetnogo-proekta-dostupnoe-dopolnitelnoe-obrazovanie-dlja-detei-utv/> - (Дата обращения: 20.05.2020).
  7. Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. № 240 "Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства"(2018 - 2027 годы), <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201705290022>;
1. Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Письмо Департамента молодёжной политике, воспитания и социальной защиты Минобрнауки России от 11.12.2012. №06-18184
  2. Горнова Л.В. и др. Студии декоративно-прикладного творчества: программы, организация работы, рекомендации. – Волгоград: Учитель, 2010.
  3. В. А. Горский В.А., Тимофеев А. А., Смирнов Д. В. и др. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование.– М.: Просвещение, 2012.
  4. Чибрикова О. В. Поделки из кожи своими руками. - М.: ЭКСМО, 2013.
  5. Чибрикова О. В. Прикольные подарки к любимому празднику. - М.: 2015.
  6. Зайцева А.А. Искусство киллинга: магия бумажных лент. - М.: ЭКСМО, 2012
  7. Евсеев Г.А Бумажный мир. – М.: АРТ, 2016.
  8. Айдиете Р. А. Магия декупажа. - М.: ЭКСМО, 2010.
  9. Воронова О. В. Декупаж: Новые идеи, оригинальные техники. - М.: ЭКСМО, 2011.

10. Д. Чиотти Оригинальные поделки из бумаги. - М.: Мир книги, 2012.
11. Чибрикова О. Оригинальные поделки из ненужных компакт-дисков. - М.: Эксмо, 2013.
12. Шептуля А. Обереги своими руками: укрась и защити свой дом. – М.: Эксмо, 2012.

**Литература, для использования педагогами:**

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009, 79с.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья/ Методическое пособие. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009, 79с
3. Верзилин Н. Путешествие с домашними растениями. -Л., 1974, 200с
4. Кондова С.Н. Что готовить, когда мамы нет дома М., 1990, 185с
5. Ладодо К.С. Продукты и блюда в детском питании. М., 1991, 190с
6. Похлёбкин В.В. История важнейших пищевых продуктов. М., 2000, 350с
7. Справочник по детской диетике. М. 1977., 340 с.
8. Этикет и сервировка праздничного стола. М., 2002. 400с

**Список литературы для детей.**

1. Верзилин.Н. По следам Робинзона Л. 1974, 254с
2. Верзилин. Н . Путешествие с комнатными растениями Л., 1974, 254с
3. Кондова С. Н. Что готовить, когда мамы нет дома. М., 1990, 185.
4. Огуреева Г.Н. Краткий атлас – справочник грибника и ягодника. М., Издательство АСТ, 2001с.

Характеристика возрастных особенностей учащихся.

*Подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо - вот, пожалуй, и все характерные черты. В эту пору высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей.*

#### **Физические особенности**

- Дети этого возраста очень подвижны, энергичны. Ребенок растет очень быстро, но его рост неравномерен. Так как сердце не растет в пропорции с его телом, он не может вынести длительные периоды напряженной деятельности.
- Ребенок может сосредоточить свое внимание на 15 минут. Но его произвольное внимание не прочно: если появляется что-то интересное, то внимание переключается. Активно реагирует на все новое, яркое.
- Любит слушать речь взрослого, но необходимо учитывать, что порог слышимости и острота слуха еще не достигли своих наибольших величин (это произойдет в подростковом возрасте).

#### **Интеллектуальные особенности**

- Ребенок живет, в основном, настоящим. У него ограниченное понимание времени, пространства и чисел.
- Наши слова ребенок может понимать буквально. Затруднено понимание абстрактных слов и понятий.
- Любит задавать вопросы: «Почему?», «А правда ли это?»
- Ребенок хорошо запоминает факты, сведения, стихи. Прекрасный возраст для заучивания наизусть. Более легко запоминает слова, чем мысли.
- Особенно хорошо запоминает то, что чем-то мотивировано, значимо.

#### **Эмоциональные особенности**

- Начинает развиваться система оценок, но эмоции часто заслоняют объективность оценки. Авторитет взрослого еще так велик, что нередко собственную оценку заслоняет оценка взрослого.
- Достаточно хорошо может оценить и предвидеть предполагаемую реакцию взрослого. Прекрасно знает, когда и с кем что можно позволить.
- Ребенок нуждается в любви и опеке.
- Старается помочь маме по дому и учителям.

#### **Социальные особенности**

- Дети этого возраста дружелюбны. Им нравится быть вместе и участвовать в групповой деятельности и в играх. Это дает каждому ребенку чувство уверенности в себе, так как его личные неудачи и недостатки навыков не так заметны на общем фоне.
- Нравится заниматься изготовлением поделок, но чаще ребенок трудится лучше в начале, чем при завершении этого труда. Мальчикам больше нравятся энергичные игры, но они могут поиграть и с игрушками вместе с девочками.
- Ребенок гордится своей семьей, желает быть с семьей.

Возрастные особенности детей 9 – 10 лет

#### **Физические**

1. Ребенок этого возраста очень активен. Любит приключения, физические упражнения, игры.
2. Может пренебрегать своим внешним видом.

*Предлагаем:*

1. Использовать прогулки, поездки, экскурсии.
2. Обучать ребенка личной гигиене, уходу за своей одеждой, комнатой, приучать к пунктуальности.

### **Интеллектуальные**

1. Нравится исследовать все, что незнакомо.
2. Понимает законы последовательности и последствия. Имеет хорошее историческое и хронологическое чувство времени, пространства, расстояния.
3. Хорошо мыслит и его понимание абстрактного растет.
4. Нравится делать коллекции. Собирает все, что угодно. Для него главное не качество, а количество.
5. «Золотой возраст памяти»

*Предлагаем:*

1. Обучение через исследование. Задавайте свои «почему?»
2. Идти дальше поверхностных фактов, излагать свои истории с событиями и именами, сочинять, творить, придумывать
3. Поставить вопросы, ответы на которые ребенок сможет найти самостоятельно. Указать, где можно найти информацию: в книге, в Интернете, по телевизору, спросить у старших и т.д.
4. Предложить делать коллекции.
5. Научить ребенка знать и любить книги.

### **Эмоциональные**

1. Резко выражает свои чувства. Сначала говорит, а потом думает.
2. Свободно выражает свои эмоции. Эмоционально быстро включается в споры.
3. Начинает развиваться чувство юмора. Желает рассказывать смешные истории.
4. Скрытые страхи. Ему хотелось бы выглядеть бесстрашным.

*Предлагаем:*

1. Учить самоконтролю: когда быть серьезным и спокойным, а когда быть веселым.
2. Учить терпимости и самоконтролю. Рассматривать все факты до принятия решения. Учить уважать права и чувства других людей.
3. Научить смеяться над собой. Не произносить тех шуток, которые будут оскорблять других людей.
4. Учить свободе от страха. Вместе решать конкретные проблемы.

### **Социальные**

Ребенок начинает быть самостоятельным. Приспосабливается к обществу вне семейного круга. Ищет группу ровесников того же пола, т.к. для девочек мальчики «слишком шумны и буйны», а для мальчиков девочки «слишком глупы».

*Предлагаем:*

Учить дружелюбию. Поощрять ребёнка не занимать позиции «я свят для тебя», не изолировать себя от сверстников. Помогать сопереживать другим людям.

### **Духовные**

1. Ребенок ищет героев, выбирая тех людей, которых он видит, о которых читает, восхищается теми, кто делает то, что он хотел бы сделать. Желает понравиться выбранным им авторитетам.