Статья по теме «Роль проектной технологии во внеурочной деятельности Разговор о правильном питании» Опокиной М.Н., учителя начальных классов МАОУ «СОШ №24» г.Северодвинск

В настоящее время широкую популярность приобрели проектные и исследовательские методы обучения. Можно ли осуществить проект за один урок? Конечно, нет. На уроке невозможно выполнить всю работу, а только часть, например, составили план работы и инструкцию, распределили роли в группе, если это групповой проект. А остальная работа перешла во внеурочную деятельность. Подготовка и проведения интеллектуальных марафонов, олимпиад, викторин, конференций все так же проводится во внеурочное время. Так по- своему опыту, можем сказать, что получились очень красивые и интересные работы. Во время выполнения проектов и исследовательских работ у детей формируются все виды универсальных учебных действий.

Внеурочная работа «открывает» школу, создает условия для позитивного сотворчества в педагогическом процессе школьных учителей, учащихся, их родителей, работников детских учреждений дополнительного образования, культурных и спортивных учреждений. Внеурочные занятия проводятся как в школе, так и вне ее. В нашей школе предлагаются следующие программы: Библиотечного часа , зож «Здоровейка», «Умники и умницы»,«Разговор о правильном питании», «Тайна ремесел», «Ваши права».

Перед началом учебного года была проведена большая подготовительная работа. В мае, а затем в августе учителями первых классов был проведён мониторинг родителей будущих первоклассников с целью выявления, в каких учреждения дополнительного образования занимаются их дети и по каким направлениям они хотели бы посещать внеурочные занятия в школе.

По итогам этого опроса были сформированы группы детей, которые будут посещать те или иные занятия, а учителями были составлены  рабочие программы по своему направлению.

**Программа внеурочной деятельности** «**Разговор о правильном питании»**  
По данным в России Сбережение и укрепление здоровья детей - одна из острых проблем современной жизни. По статистическим данным до 35% поступающих в школу детей уже имеют хронические заболевания. А за годы обучения в школе их число возрастает в несколько раз, в том числе с заболеваниями желудочно-кишечного тракта в 3 раза. По данным медицинского осмотра 2010-2011 учебного года в нашей школе выявлено 24% учащихся с уже хроническими заболеваниями желудочно-кишечного тракта, а в классе таких детей 9%. Одной из причин такого печального результата является неправильное питание: безрежимность принятия пищи, еда всухомятку, не знание свойств полезных и вредных продуктов. (Анкетирование) Для растущего организма очень важно рациональное питание. Так было принято решение изучать модуль «Разговор о правильном питании»

***Предполагаемые результаты:***

**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](https://topuch.ru/reshenie-zadachi-gramotnogo-i-uverennogo-upravleniya-sudna-moj/index.html);

-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](https://topuch.ru/prezentaciya-sposobi-uluchsheniya-kachestva-zreniya/index.html);

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

- овладеть навыками, связанными с этикетом в области питания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья;

**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](https://topuch.ru/stress-i-ego-osobennosti/index.html);

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

**Цели:**

- сформировать у детей представление о необходимости заботы о своем здоровье, о значении важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья;

- осознание ими личностной и социальной значимости здоровья, как жизненной ценности; формирование навыков здорового образа жизни.

**Задачи:**

а) обучающая – формирование теоретических знаний в процессе изучения программы и совместной деятельности семьи, школы, общественности об основах рационального правильного питания;

б) развивающая – способствовать развитию познавательного интереса и самостоятельной активности в процессе изучения, исследования, анализа и практических действий о правильном питании;

в) воспитывающая – создание комфортных условий для получения информации о правильном питании через коллективную, групповую работу; выработка потребностей в соблюдении санитарно-гигиенических норм; воспитание воли и настойчивости, аккуратности в организации правильного питания и соблюдения режима дня, стремления к активной практической деятельности по реализации знаний о здоровом образе жизни.

Работа строится по схеме : учитель- ученик- родитель- общественность

Одно из важнейших условий эффективного проведения курса — поддержка родителей. Поэтому в «Разговоре о правильном питании» часть заданий ориентирована на совместную деятельность детей и взрослых. Родители также участвуют в подготовке и проведении различных мероприятий — праздников, конкурсов, викторин.

Содержание программы, а также используемые формы и методы её реализации носят игровой характер, развивают познавательный интерес к проблеме питания и формирования ЗОЖ, что наиболее соответствует возрастным особенностям детей, обеспечивает условия для активного включения их в процесс обучения и стимулирует активное присвоение предъявляемых ценностных нормативов и навыков. Поскольку игра является ведущей деятельностью для младших школьников, то и игровые методы являются основой организации обучения по программе. Можно выделить несколько типов игр, комбинация которых обеспечит эффективность процесса обучения: сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра.

Формы работы: групповая работа, работа в парах, игры (сюжетно-ролевые игры, игры с правилами, образно-ролевые,), дискуссии.

Фронтальная работа – это работа со всеми учащимися. Учитель предлагает беседу, рассказ, историю, чтение статей, информационный материал. Такая форма работы требует устойчивого внимания и заинтересованность учащихся.

Индивидуальная работа – большое значение имеет для обработки практических навыков и умений, ответы на вопросы анкеты, проблемные задания, выполнение санитарно-гигиенических требований.

Методы: Репродуктивный (беседа, вопросы, тесты, анкетирование), проблемный, частично-поисковый (творческие задания: Режим для моей семьи. Любимые блюда мамы. Чем тебя накормит лес), объяснительно-иллюстративный, мини-проект.

Программа включает в себя 4 раздела, освещающих наиболее важные проблемы, связанные с организацией рационального питания ребят

-Поговорим о продуктах.

-Давайте узнаем о продуктах. Витамины.

− Поговорим о правилах этикета. Культура и гигиена питания.

− Из истории русской кухни. Поговорим о кулинарах – волшебниках.

**Средства работы:**

Тетради, карточки, схемы , ребусы, таблицы, плакаты, перфокарты, анкеты, предметы быта, продукты, составление рассказов, составление альбомов, проведение праздников по темам, ведение оценочных листов.

Результаты изучения:

 1.Умение делать выбор между вредными и полезными продуктами.



2.Наличие представления о рациональном питании. 

3.Умение заботиться о себе

4.Решение проблемы с организацией питания детей.

5.Изменение отношения ребенка и родителей к режиму, гигиене и продуктам питания.

**Диагностика результатов**проводится через:

 -анкетирование учащихся и  их родителей ;

 - тестирование ;

- опросы учащихся и  их родителей;(результаты в виде диаграмм)

-  рисунки учащихся.

**Содержание программы**

раскрывается на основе изучения тем разделов, практических действий.

1. Роль здорового правильного питания в жизни человека.
2. Практическая направленность программы в усвоении знаний и переходов от умения и навыкам в жизненной ситуации.
3. Прогностическая оценка и самооценка: - Для чего мне нужны знания о правильном питании? Как в будущем это поможет нам?
4. Влияние самого человека на организацию правильного питания в семье.
5. Формирование здорового образа жизни и его пропаганда в кругу семьи, друзей, соседей.
6. Нормы организации питания строю по схеме Потребность – мотив – действия.

Реализация программы обеспечивается учебными пособиями 1. Разговор о правильном питании: Рабочая тетрадь/ М. М. Безруких, Т. А. Филиппова. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2018;

2. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие. – М.: ОЛСА Медиа Групп, 2018