

**ФОРМА № 4** к разделу 4 Перечней критериев и показателей для оценки профессиональной деятельности педагогических работников **ОО Краснодарского края, аттестуемых в целях установления квалификационной категории первой по должности «учитель»**

**«Результативность деятельности педагогического работника в профессиональном сообществе»**

Результаты представляются обязательно как минимум по 1 из 4 критериев

Фамилия, имя, отчество аттестуемого **Кумпан Екатерина Александровна**

Место работы (полное наименование организации с указанием муниципалитета), должность, преподаваемый предмет

**Муниципальное автономное некоммерческое общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №1 имени И.Д. Бувальцева муниципального образования Кореновский район, учитель начальных классов**

**Результаты участия педагогического работника в разработке программно-методического сопровождения образовательного процесса (п. 4.1)**

Является обязательным для представления результатов только для высшей квалификационной категории.

Период работы	Вид программно-методического материала, созданного педагогом	Статус участия в разработке	Наименование (тема) продукта	Уровень рецензии (муниципальный, региональный), наименование организации, выдавшей рецензию на программно-методический материал, автор рецензии (Ф.И.О. рецензента), дата получения рецензии
2023-2024	Рабочая программа	автор	Программа внеурочной деятельности «Разговор о	Муниципальный (рецензент) Руководитель РМО учителей начальных классов Хочелева Е.П.

			правильном питании»	Подпись удостоверена директором МКУ «ИМЦ системы образования МО Кореновский район» С.Л.Степановой  26.09.2024г.
--	--	--	---------------------	---

### 1. Результаты участия педагогического работника в профессиональных конкурсах (п. 4.2)

Дата проведения	Полное наименование конкурсного мероприятия	Полное наименование организации, проводившей конкурсное мероприятие	Уровень	Форма участия	Результат	Реквизиты приказа об итогах проведения конкурсного мероприятия
2022г	Всероссийская олимпиада «Образовательный марафон» номинация : ИКТ компетентность современного педагога	Сетевое издание «Образовательный марафон».	Всероссийский	Дистанционная	победитель	Диплом от 26.09.2022

### 2. Результаты повышения квалификации по профилю (направлению) деятельности педагогического работника (п. 4.3)

Сроки повышения квалификации (курсы), получения послевузовского образования (магистратура, второе высшее образование, переподготовка, аспирантура, докторантура)	Полное наименование организации, проводившей обучение	Тема (направление повышения квалификации, переподготовки)	Количество часов (для курсов повышения квалификации и переподготовки)	Реквизиты документов, подтверждающих результат повышения квалификации. переподготовки
С 25 января 2022 года по 02 февраля 2022 года	АНО ДПО «Платформа»	«Основы религиозных культур и светской этики (ОРКСЭ) : теория и методика преподавания в соответствии с ФГОС»	72 часа	Удостоверение 000000001410 Регистрационный номер 64553 02.02.2022 г.Ижевск
С 17 апреля 2023г. по 21 апреля 2023года	Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования » Краснодарского края	«Реализация требований обновленных ФГОС НОО ,ФГОС ООО в работе учителя»	36 часов	Удостоверение 231500022420 Регистрационный номер 9391/23 21 апреля 2023 год г.Краснодар
С 11 апреля 2023года по 22 мая 2023 года	Федеральное государственное автономное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Академия реализации государственной политики и профессионального развития работников образования	«Разговоры о важном» : система работы классного руководителя (куратора)	58 часов	Удостоверение 150000288736 Регистрационный номер у- 081054/6 2023 год г.Москва

	Министерства просвещения Российской Федерации»			
--	--	--	--	--

### 3. Награды за успехи в профессиональной деятельности, наличие ученой степени, звания (п. 4.4)

Наименование награды, звания, ученой степени	Уровень	Дата получения, реквизиты подтверждающего документа
Благодарность	Муниципальный	Муниципальный координатор ФГБУ «Росдетцентр» Н.В. Мелентьева

Дата заполнения: 21.11.2024

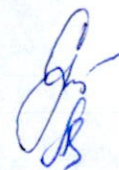
Достоверность информации о результатах работы аттестуемого подтверждаю:

Директор МАНОУ СОШ №1 им. И.Д. Бувальцева


Зам. директора по УВР

Аттестуемый педагогический работник



 И.А.Седова

А.Л.Савина

 Е.А.Кумпан

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

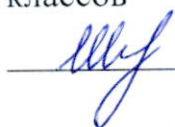
**Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края**

**МО Кореновский район**

**МАНОУ СОШ №1 им. И. Д. Бувальцева МО Кореновский район**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель ШМО  
учителей начальных  
классов



А.И.Ширкина

Протокол №1 от «25»  
августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам.директора по УВР

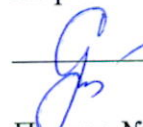


Т.В.Евтухова

Протокол №1 от «25»  
августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МАНОУ  
СОШ №1 имени  
И.Д.Бувальцева МО  
Кореновский район



И.А.Седова

Приказ № 239-о от «25»  
августа 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
КРУЖОК «Разговор о правильном питании»  
Направление – спортивно-оздоровительное  
Срок реализации программы – 4 года  
для учащихся 7-11 лет**

**Составитель:** учитель начальных классов Кумпан Е.А.

Программа разработана на основе:

- *Методического пособия «Разговор о правильном питании»* Безруких М.М., Т.А. Филипповой, А.Г. Макеевой (Москва ОЛМА Медиа Групп 2014 г.)

## **I. Пояснительная записка.**

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.

Следовательно, одна из основных задач учебного процесса – это сохранение здоровья детей, формирование у школьников потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение мотивации к этому.

Воспитание здорового школьника – проблема общегосударственная, комплексная и её первоочередной задачей является выделение конкретных аспектов, решение которых возложено на учителя. Педагог должен квалифицированно проводить профилактическую работу по предупреждению различных заболеваний, связанных с неправильным питанием. В этой связи уместно привести слова знаменитого педагога В.А. Сухомлинского « Опыт убедил нас в том, что приблизительно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учёбе – плохое состояние здоровья, какое –нибудь недомогание или заболевание, чаще всего совершенно незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца, врача и учителя».

Наметившаяся во всём мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию образовательно – оздоровительных программ.

**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.

## 2. Тематический план

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			Аудиторные	Вне аудиторные	
1.	<b>I модуль 1 класс</b> <b>«Разговор о правильном питании»</b> Разнообразие питания «Если хочешь быть здоров» «Самые полезные продукты» «Что надо есть, если хочешь стать сильнее» «Всякому фрукту – свое время» «Где найти витамины весной» «Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты»	14			-иметь представления о полезности продуктов; -научиться выбирать полезные продукты; -Познакомиться с разнообразием овощей и фруктов; -сформировать представления об основных принципах гигиены питания;  -сформировать представление о режиме питания;
2.	«Каждому овощу - свое время»	2			-сформировать представление о значении жидкости для человека, ценности разнообразных напитков;
3.	Гигиена питания «Как правильно есть»	2			
4.	Режим питания «Удивительное превращение пирожка» Рацион питания «Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной» «Плох обед, если хлеба нет»	10			-сформировать представление о связи рациона питания и образа жизни, о высококалорийных продуктах питания;
5.	«Полдник. Время есть булочки» «Пора ужинать» «Если хочется пить» Культура питания «На вкус и цвет товарищей нет» «День рождения Зелибобы»	5			-закрепить полученные знания о законах здорового питания;  -привить практические навыки распознавания вкусовых качеств наиболее употребительных продуктов;
Итого:		33	12	21	

1.	<b>2модуль 2 класс «Две недели в лагере здоровья»</b> Разнообразиие питания «Давайте познакомимся» «Из чего состоит пища. Дневник здоровья. Пищевая тарелка» «Что нужно есть в разное время года» «Как правильно питаться , если занимаешься спортом»	7			-познакомить детей с основными группами питательных веществ;  -формировать представление о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья;
2	«Пищевая тарелка спортсмена» Гигиена питания и приготовления пищи «Где и как готовят пищу» «Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен»	5			-формировать у детей представление о зависимости рациона питания от физической активности;
3.	Этикет «Как правильно накрыть стол»	4			-научить оценивать свой рацион питания; -дать представление о предметах кухонного оборудования;
4.	«Как правильно вести себя за столом» Рацион питания «Молоко и молочные продукты» «Кто работает на ферме» «Блюда из зерна» «Какую пищу можно найти в лесу»	13			-расширить знания детей о полезности продуктов питания;  -расширить знания детей о дикорастущих растениях как об источниках полезных веществ;
5.	«Что и как приготовить из рыбы» «Дары моря» Традиции и культура питания «Кулинарное путешествие по России» «Меню жаркого летнего дня и холодного зимнего дня»	5			-формировать представление о кулинарных традициях как части культуры народа; -расширить представление о блюдах ,которые могут быть приготовлены из традиционных продуктов; -расширить представление детей о предметах сервировки стола, правилах сервировки праздничного стола
Итого:		34	13	21	



1.	<p><b>3 модуль 3-4 классы</b>  <b>«Формула правильного питания»</b>          Рациональное питание как часть здорового образа жизни          «Здоровье-это здорово! Основные понятия о здоровье,»          «От каких факторов зависит наше здоровье?»          «Черты характера и здоровье. Привычки и здоровье»          «Мой ЗОЖ»          «Продукты разные нужны -блюда разные важны. Пирамида питания»          «Составляем формулу правильного питания»          «Рациональное сбалансированное питание»          «Белковый круг»          «Жировой круг»          «Минеральный круг»          «Умейте правильно питаться ,пищевые вещества и их роль в питании и здоровье школьников»          «Сахар. Польза и вред»          Режим питания          «Пищевая тарелка»          «Витамины и минеральные вещества»          «Влияние воды на обмен веществ»          «Правила здорового питания»</p>	16			<p>-формирование и развитие представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;</p> <p>-формирование готовности заботиться и укреплять свое здоровье;</p> <p>-понятие ЗОЖ, формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;</p> <p>-формировать у детей представление о зависимости рациона питания от поведенческих навыков;</p> <p>-формировать у детей представление о зависимости рациона питания от физической нагрузки;</p> <p>-дать понятие рационального питания знания о структуре ежедневного питания;</p> <p>-рассказать о роли витаминов и минеральных веществ;</p> <p>-дать представление о напитках здоровья;</p> <p>-научить самостоятельно оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с личной активности;</p> <p>-дать представление о том, какие питательные вещества содержатся в различных продуктах;</p>
2.		5			
3.		5			
4.		17			
	<p>«Энергия пищи»          Источники строительного материала»          «Роль пищевых волокон на организм человека»          Гигиена питания и приготовление пищи.          «Где и как мы едим»          «Фаст фуды»          «Где и как мы едим. Правила гигиены»          «Меню для похода»</p>	1			

5.	Потребительская культура «Ты покупатель. Права потребителя» «Ты покупатель» «Срок хранения продуктов»	5				-научить самостоятельно выбирать продукты, в которых содержатся наибольшее количество питательных веществ и витаминов;
6.	«Пищевые отравления и их предупреждения» «Ты покупатель .Правила вежливости» Традиции и культура питания «Кухни разных народов» «Традиционные блюда Болгарии и Исландии» «Традиционные блюда Японии и Норвегии» «Блюда жителей Крайнего Севера» «Традиционные блюда России» «Традиционные блюда Кубани» «Календарь кулинарных праздников» «Кухни разных народов ,Праздник» «Кулинарная история, как питались наши предки» «Кулинарные традиции Древнего Египта» «Кулинарные традиции Древней Греции» «Кулинарные традиции Древнего Рима» «Правила гостеприимства средневековья» «Как питались на Руси» «Традиционные напитки на Руси» «Музеи продуктов» «Мелодии ,посвященные каше» «Продукты танцуют» «Путешествие по аппетитной стране»	20				- расширить знания детей о кулинарных традициях своей страны и других стран;  -формирование у детей толерантности, уважение к национальной культуре собственного народа и других народов;  -формировать представление детей о многообразии ,простоте и пищевой ценности многих традиционных блюд русской национальной кухни;  -Развитие творческих способностей и кругозора детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности
	итого	68				

### 3. Содержание программы

Программа составлена на основе программы «Разговор о правильном питании», разработанной сотрудниками Института возрастной физиологии Российской академии образования по инициативе компании «Нестле Россия», руководитель авторского коллектива — директор Института, академик Российской академии образования Марьяна Михайловна Безруких. Содержание программы базируется на российских кулинарных традициях и имеет строго научное обоснование. Консультационную поддержку программе оказывает Институт питания РАМН.

Программа «Разговор о правильном питании» построена в соответствии с принципами:

- научная обоснованность и практическая целесообразность;
- возрастная адекватность;
- необходимость и достаточность информации;
- модульность программы;
- практическая целесообразность
- динамическое развитие и системность;
- вовлеченность семьи и реализацию программы;
- культурологическая сообразность – в содержании программы отражены исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся частью культуры народов России и других стран.

**Участники программы: дети от 7 до 12 лет.**

**Сроки реализации: 4 года**

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 школьников, 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.

Программа состоит из **трех модулей**.

*1 модуль:* «Разговор о правильном питании» - для детей 7-8 лет.

*2 модуль:* «Две недели в лагере здоровья» - для детей 9-10 лет.

### 3 Модуль: «Формула правильного питания» - для детей 10-12 лет.

Тематика программы охватывает различные аспекты рационального питания:

#### 1 модуль **"Разговор о правильном питании"**

разнообразии питания:

1. "Самые полезные продукты",
2. "Что надо есть, если хочешь стать сильнее",
3. "Где найти витамины весной",
4. "Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты",
5. "Каждому овощу свое время";

гигиена питания: "Как правильно есть";  
режим питания: "Удивительные превращения пирожка";  
рацион питания:

1. "Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной",
2. "Плох обед, если хлеба нет",
3. "Полдник. Время есть булочки",
4. "Пора ужинать",
5. "Если хочется пить";

культура питания:

1. "На вкус и цвет товарищей нет",
2. "День рождения Зелибобы".

2 модуль **"Две недели в лагере здоровья"**  
разнообразии питания:

1. "Из чего состоит наша пища",
2. "Что нужно есть в разное время года",
3. "Как правильно питаться, если занимаешься спортом";

гигиена питания и приготовление пищи:

1. "Где и как готовят пищу",
2. "Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен";

этикет:

1. "Как правильно накрыть стол",
2. "Как правильно вести себя за столом";

рацион питания:

1. "Молоко и молочные продукты",
2. "Блюда из зерна",
3. "Какую пищу можно найти в лесу",
4. "Что и как приготовить из рыбы",
5. "Дары моря";

традиции и культура питания: "Кулинарное путешествие по России".

3 модуль **"Формула правильного питания"**  
рациональное питание как часть здорового образа жизни:

1. "Здоровье - это здорово";
2. "Продукты разные нужны, продукты разные важны",

режим питания: "Режим питания",  
адекватность питания: "Энергия пищи",  
гигиена питания и приготовление пищи:

1. "Где и как мы едим",
2. "Ты готовишь себе и друзьям";

потребительская культура: "Ты - покупатель";  
традиции и культура питания:

1. "Кухни разных народов",
2. "Кулинарное путешествие",
3. "Как питались на Руси и в России",
4. "Необычное кулинарное путешествие".

Для каждого модуля подготовлен учебно-методический комплект, включающий яркие красочные тетради для учащихся, методические пособия для педагогов и плакаты.

Выполняя разнообразные практические задания, ребята не только получают информацию, но начинают претворять полученные знания на практике.

В ходе реализации Программы используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности.

#### **Основные методы обучения:**

- фронтальный метод;
- групповой метод;
- практический метод;

- познавательная игра;
- ситуационный метод;
- игровой метод;
- соревновательный метод;
- активные методы обучения.

### **Формы обучения:**

Ведущими формами деятельности предполагаются:

- чтение и обсуждение;
- экскурсии на пищеблок школьной столовой, продовольственный магазин, хлебопекарные предприятия;
- встречи с интересными людьми;
- практические занятия;
- творческие домашние задания;
- праздники хлеба, рыбных блюд и т.д.;
- конкурсы (рисунков, рассказов, рецептов);
- ярмарки полезных продуктов;
- сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра;
- мини – проекты;
- совместная работа с родителями.

### **Описание места программы «Разговор о правильном питании» в учебном плане.**

Преподавание программы «Разговор о правильном питании» проводится во второй половине дня. Важность этого курса для младших школьников подчеркивается тем, что он осуществляется в рамках программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, рекомендованного для внеурочной деятельности новым стандартом. Программа «Разговор о правильном питании» изучается с 1 по 4 класс по одному часу в неделю: 1 класс -33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа. Общий объём учебного времени составляет 135 часов ( теоретических – 51ч., практических – 84 ч.) В каждом классе выделяется время для совместной работы учеников с родителями (проекты, соревнования, конкурсы).

#### 4.Предполагаемые результаты

##### Описание ценностных ориентиров содержания программы «Разговор о правильном питании»

Воспитательные результаты	Приобретение школьником социальных знаний (1 уровень)	Формирование ценностного отношения к социальной реальности (2 уровень)	Получение опыта самостоятельного общественного действия (3уровень)
Воспитание здорового поколения, ответственности, взаимопомощи, взаимовыручки, любознательности, коллективизма.	Приобретение школьниками знаний об этике и эстетике повседневной жизни человека, об основах здорового образа жизни, о правилах конструктивной групповой работы, об основах разработки соц. проектов и организации коллективной творческой деятельности, о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации, о правилах проведения исследования.	Развитие ценностных отношений школьника к родной природе и культуре, труду, знаниям, своему собственному здоровью и внутреннему миру.	Школьник может приобрести опыт исследовательской деятельности, опыт публичного выступления, опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими детьми.

Одним из результатов преподавания программы «Разговор о правильном питании» является решение задач воспитания – осмысление и интериоризация (присвоение) младшими школьниками системы ценностей.

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций

народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы «Разговор о правильном питании»**

**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.

## 5.Формы контроля

### Методический конструктор

#### «Преимущественные формы достижения воспитательных результатов в спортивно-оздоровительной внеурочной деятельности»

Уровень результатов Виды внеурочной деятельности	Приобретение социальных знаний	Формирование ценностного отношения к социальной реальности	Получение самостоятельного общественного действия
Проблемно-ценностная деятельность	Программа «Разговор о правильном питании»		
	Сюжетно-ролевые игры «В кафе», «На кухне»; выставка «Уголок крестьянской избы», тематическое рисование, игра-		

соревнование «Разложи продукты по разным столам», конкурс «Кошевар», практическая работа «Мой напиток», «Сервировка стола», «Составление собственной пирамиды питания», работа с энциклопедиями, составление кроссвордов, тестирование «Меню спортсмена»

Родительские собрания «Если хочешь быть здоров», «Меню младшего школьника», праздник Масленица, конкурс-дегустиция «Какой ароматный чай!» , экскурсии «В гипермаркете», «В школьной столовой», «В лесу», заседание клуба «Что? Где? Когда?», спектакль «Там на неведомых дорожках», игра-проект «Кулинарный глобус», дневник здоровья, мини-проект «Меню для Сиропчика и Пончика» , анкетирование детей и родителей.

## 6. Материально-техническое обеспечение

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой программы «Разговор о правильном питании» в частности.

Принцип наглядности является одним из ведущих принципов обучения в начальной школе, так как именно наглядность лежит в основе формирования представлений об объектах природы и культуры человеческого общества.

В связи с этим главную роль играют средства обучения, включающие **наглядные пособия**:

- 1) гербарии ;продукты питания; микропрепараты; столовые приборы; бытовые приборы для кухни
- 2) *изобразительные наглядные пособия* – таблицы; муляжи, схемы, плакаты;

Другим средством наглядности служит оборудование для **мультимедийных демонстраций** (*компьютер, медиапроектор, DVD-проектор, видеомаягнитофон* и др.) и **средств фиксации окружающего мира** (*фото- и видеокамера*). Оно благодаря Интернету и единой коллекции цифровых образовательных ресурсов позволяет обеспечить наглядный образ к подавляющему большинству тем программы «Разговор о правильном питании».

Наряду с принципом наглядности в изучении программы «Разговор о правильном питании» в начальной школе важную роль играет принцип предметности, в соответствии с которым учащиеся осуществляют **разнообразные действия с изучаемыми объектами**. В ходе подобной деятельности у школьников формируются практические умения и навыки, обеспечивается осознанное усвоение изучаемого материала.

В начальной школе у учащихся начинают формироваться познавательные интересы, познавательная мотивация. В этом возрасте у большинства школьников выражен интерес к изучению природы, человеческих взаимоотношений, поэтому изучение курса «Разговор о правильном питании», насыщенного сведениями о живой и неживой природе, организме человека, различных сторонах общественной жизни, должно стимулировать формирование устойчивого познавательного интереса, его дальнейшее развитие. Этому в значительной мере способствует деятельностный, практико-ориентированный характер содержания программы «Разговор о правильном питании», а

также использование в ходе его изучения разнообразных средств обучения. К ним относятся прежде всего *набор энциклопедий для младших школьников*, позволяющий организовать поиск интересующей детей информации.

<b>Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения</b>
<b>1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>
1. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. <i>Разговор о правильном питании: Рабочая тетрадь для школьников</i> - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2009 г.
2. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. <i>Две недели в лагере здоровья: Рабочая тетрадь для школьников</i> - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2009 г.
3. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. <i>Формула правильного питания: Рабочая тетрадь для школьников</i> - М.: ОЛМА-Медиа Групп, 2007 г.
4. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. <i>Разговор о правильном питании. Методическое пособие для учителя</i> - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2006 г.
5. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. <i>Две недели в лагере здоровья. Методическое пособие для учителя</i> - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2006 г.
6. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. <i>Формула правильного питания. Методическое пособие для учителя</i> - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2006 г.
<b>2. Печатные пособия</b>
Демонстрационные таблицы, карточки-задания.
<b>3. Технические средства обучения</b>
Компьютер. Интерактивная доска, мультимедийный проектор.
<b>4. Экранно-звуковые пособия</b>
CD и DVD носители

## РЕЦЕНЗИЯ

на программу по внеурочной деятельности в рамках ФГОС

«Разговор о правильном питании», для 1-4 классов,

представленную учителем начальных классов

МАНОУ СОШ №1 имени И.Д. Бувальцева МОКореновский район

Кумпан Екатериной Александровной

Программа «Разговор о правильном питании» составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО, с учетом образовательного процесса школы, на основе методического пособия «Разговор о правильном питании» Безруких М.М., Т.А. Филипповой, А.Г. Макеевой.

Программа нацелена на формирование у детей основных представлений и навыков рационального питания, связанных с соблюдением режима, правил гигиены, умением выбирать полезные продукты и блюда. Преимущество курса заключается в том, что материал носит спортивно-оздоровительный характер, расширяет представления детей о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей, даёт возможность детям и подросткам овладеть практическими навыками рационального питания, готовности соблюдать эти правила. Программа создаёт условия для развития у детей творческих способностей, формирует стремление к познавательной деятельности. Автор обращает внимание на то, что актуальность и педагогическая целесообразность заключается в развитии метапредметных умений и навыков обучающихся. В системе образования она тесно связана с другими дисциплинами: литературным чтением, окружающим миром, технологией, изобразительным искусством, основами безопасности жизнедеятельности. Программа помогает решать главную задачу образования на сегодняшний день - формирование у подрастающего поколения знаний и поведенческих моделей, которые позволят учащимся быть успешными вне школы.

Программа, представленная автором, актуальна. Она предполагает активное участие и максимальное вовлечение детей начальных классов в поисковую работу, в отработку знаний, навыков в определении продуктов правильного питания.

Важным условием для реализации программы «Разговор о правильном питании» является использование различных типов игр (ролевые, ситуационные), создание проектов, проведение мини-тренингов, дискуссий

Данная программа построена с учётом современных требований и включает пояснительную записку, планируемые результаты освоения данной программы, содержание курса по разделам, тематическое планирование, соответствующее каждой возрастной группе учащихся, т. е. она комплексная. Рецензируемая программа актуальна для системы образования, интересна по содержанию и пошагово расписана для педагогической деятельности. Она может быть рекомендована для использования в образовательных учреждениях в качестве основы для организации внеурочной деятельности по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни.

26.09.2024г.

Руководитель РМО



Е.П. Хочелева

Директор

МКУ ИМЦ системы образования

МО Кореновский район



С.Л. Степанова

# Диплом

№ 3659468 от 26.09.2022 за участие в олимпиаде

## Награждается победитель (II место)

Всероссийской олимпиады "Образовательный марафон" в номинации:  
ИКТ компетентность современного педагога

### Кумпан Екатерина Александровна

Учитель начальных классов  
МОБУ СОШ 1, г.Кореновск

Редактор сетевого издания  
"Образовательный марафон"  
Н.А. Смола

*Смола*



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ  
МАРАФОН

Сетевое издание "Образовательный марафон"  
Свидетельство СМИ ЭЛ № ФС 77-71913 выдано Роскомнадзором 13.12.2017

КОПИЯ ВЕРНА

ПОДПИСЬ

*Смола*

ДИРЕКТОР МАНОУ СОШ №1  
ИМ. И.Д. БУВАЛЬЦЕВА  
МО Кореновский район  
Н.А. СМОЛА



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ



# УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

000000001410

Документ о квалификации

Лицензия на осуществление образовательной  
деятельности УР, рег. №1976 от 15.10.2018г.

Регистрационный номер

64553

Город  
Ижевск

Дата выдачи  
02.02.2022 г.

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Кумпан Екатерина Александровна**

с 25.01.2022 г. по 02.02.2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в

**АНО ДПО «ПЛАТФОРМА»**

по дополнительной профессиональной программе  
«Основы религиозных культур и светской этики (ОРКСЭ):  
теория и методика преподавания в соответствии с ФГОС»

в объеме

**72 учебных часа**



Руководитель

Секретарь

 Васильков А.В.

 Иордан Н.В.

КОПИЯ ВЕРНА

ПОДПИСЬ 

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Институт развития образования» Краснодарского края  
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

## УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231500022420

КОПИЯ ВЕРНА  
ПОДПИСЬ

Регистрационный номер № 9391/23



Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Кумпан Екатерина Александровна**

с « 17 » апреля 2023 г. по « 21 » апреля 2023 г.

прошел(а) повышение квалификации в

**ГБОУ ИРО Краснодарского края**

по теме: **"Реализация требований обновленных ФГОС НОО, ФГОС  
ООО в работе учителя"**

в объеме: **36 часов**

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Нормативное и методическое обеспечение внедрения обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО	13 часов	Зачтено
Внедрение обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО в предметном обучении	22 часа	Зачтено
Итоговая аттестация	1 час	Зачтено

Прошел(а) стажировку в (на)

Итоговая работа на тему:

И.о. Ректор **И.В. Лихачева**

Секретарь **А.А. Демченко**

Город **Краснодар** Дата выдачи **21 апреля 2023 г.**

# УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

150000288736

Документ о квалификации

Регистрационный номер

у-081054/6

Город

Москва

Дата выдачи

2023 г.

КОПИЯ ВЕРНА

ПОДПИСЬ



Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Кумпан  
Екатерина Александровна**

**с 11 апреля 2023 г. по 22 мая 2023 г.**

прошёл(а) повышение квалификации в (на)  
федеральном государственном автономном  
образовательном учреждении  
дополнительного профессионального образования  
«Академия реализации государственной политики  
и профессионального развития работников образования  
Министерства просвещения Российской Федерации»

(лицензия Рособрнадзора серия 90Л01 № 0010068  
регистрационный № 2938 от 30.11.2020)

по дополнительной профессиональной программе

**«Разговоры о важном»:**

**система работы классного руководителя (куратора)**

в объёме

**58 часов**

Руководитель

Секретарь



# Орлята РОССИИ

## БЛАГОДАРНОСТЬ

Уважаемая Кумпан Екатерина Александровна!

Благодарим Вас за развитие творческого потенциала детей в рамках реализации программы «Орлята России», федерального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» национального проекта «Образование»

Муниципальный координатор  
ФТБУ «Росдетцентр»



*Мелет* Мелетьева Н.В.



КОПИЯ ВЕРНА  
ПОДПИСЬ *С* Н.А. СЕДИНА

