**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Оренбургской области

Управление образования Администрации г.Оренбурга

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО | УТВЕРЖДЕНО |
| на заседании педагогического | Директор МОАУ "СОШ №72" |
| совета | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.Ю.Белка |
|
| Протокол №1 | Приказ №300 |
| от «29» августа 2022 г. | от «30» августа2022 г. |
|

**Программа**

**курса внеурочной деятельности**

**«Формула правильного питания»**

г. Оренбург, 2022г.

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Формула правильного питания» ориентирована на учащихся с 5 -9 класс.

***Эта программа способствует:*** получению общих сведений о питании, продуктах питания, об основных питательных веществах, входящих в состав пищи, полезных продуктах и блюдах, основах составления рациона питания, о правилах приготовления пищи,

расширению представления о необходимости заботы о своём здоровье, о важности правильного питания как составной части сохранения и укрепления здоровья,

воспитанию соблюдения режима и гигиены питания, культуры поведения за столом, привычки правильно питаться.

В ходе обучения по данной программе обучающиеся учатся сервировать стол и соблюдать правила этикета, а также узнают о традициях и кулинарных обычаях, как своей страны, так и других стран. Дети начинают при выборе блюд и продуктов отдавать предпочтение более полезным для здоровья.

**Цели**:

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

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

**Задачи:**

- формировать теоретические знания об основах рационального правильного питания;

- формировать готовность заботиться и укреплять здоровье;

-развивать представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;

- развивать самостоятельность, самоконтроль, коммуникативность, творческие способности.

Занятия проводятся 1час в неделю, 34 часа в год.

В основе программы используется здоровье – сберегающая технология. Изучаются теоретические сведения о пользе правильного питания, развиваются практические умения, которые необходимы в жизни для сохранения здоровья.

Ее направленность – внедрение в массы правил питания, его рациональное использование в семье, школе, сбалансированность питания, соблюдение режима питания; формирование личностной позиции учащихся по сохранению и укреплению здоровья; осознание каждым человеком социальной значимости его здоровья.

Преимущество программы заключается в том, что её материал носит практико-ориентированный характер, актуален для детей. Всё, что они узнают и чему учатся на занятиях, они могут применить дома и в гостях уже сегодня.

1. **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**«Формула правильного питания»**

 **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 учѐтом 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 учѐтом 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.

1. **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

«Формула правильного питания» предназначена для детей 12-16 лет, познакомившихся с первой и второй частями программы «Разговор о правильном питании».

**"Формула правильного питания"**:

**рациональное питание как часть здорового образа жизни:**

"Здоровье - это здорово"

"Продукты разные нужны, продукты разные важны"

**- режим питания и адекватность питания:**

"Режим питания", "Энергия пищи",

 **- гигиена питания и приготовление пищи:**

"Где и как мы едим"

"Ты - покупатель";

**- потребительская культура:**

"Ты готовишь себе и друзьям";

 **- традиции и культура питания:**

"Кухни разных народов"

"Кулинарная история"

"Как питались на Руси и в России"

"Необычное кулинарное путешествие".

**Рациональное питание как часть здорового образа жизни (6 часов)**

Здоровье – одно из важнейших условий полноценной жизни человека. От чего зависит здоровье человека? Регулярность, разнообразие и безопасность приема пищи. Роль белков, жиров и углеводов для жизни и здоровья человека. Витамины. Минеральные соли. Рацион питания здорового человека. Сбалансированное питание. Белковый круг. Жировой круг.

**Режим питания и адекватность питания (6 часов)**

Режим питания. Калорийность продуктов. Распределение калорийности суточного рациона при разных режимах питания. Энергетическая ценность продуктов. Основной обмен. Суточный расход энергии при разных видах деятельности.

**Гигиена питания и потребительская культура (6 часов)**

Гигиена и режим питания. Сфера общественного питания. Чем опасны «перекусы»? Питание в походе. Правила и условия покупки и хранения продуктов. Закон «О защите прав потребителей». Где нужно делать покупки.

**Приготовление пищи (4 часа)**

Бытовые приборы на кухне. Правила сервировки стола. Фуршет. Шведский стол. Домашняя пища. Кулинарные секреты. Способы приготовления разных блюд. Помощники на кухне. Как разнообразить меню. Гостеприимство хозяина.

**Традиции и культура питания (13 часов)**

Традиционная культура – одна из составляющих культуры любого народа. Факторы, определяющие характер традиционной кухни. Анализ особенностей традиционных кухонь и кулинарных обычаев. Кулинарные праздники. Кулинарная история. Первобытная культура. Кулинария в Средние века. Традиционные блюда народов мира. Особенности русской национальной кухни. Посуда, традиционно используемая в русской кухне. Отражение «кулинарной» тематики в произведениях искусства: живопись, музыка и литература.

**Форма организации занятий** – **индивидуально-групповая:**

1. Беседы (с использованием, по возможности, презентаций)
2. Проектная деятельность
3. Экскурсии
4. Виртуальные экскурсии (работа с использованием мультимедийных программ)
5. Викторины (в основном проводятся для подведения итогов деятельности по разделу)
6. Турниры
7. Индивидуальная самостоятельная работа (составление и разгадывание кроссвордов, ребусов)

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, экскурсии, творческие конкурсы, рисунки, коллажи, ролевые игры, тесты, исследования, проекты, фотоконкурсы, мини-сочинения.

**Тематическое планирование курса**

**«Формула правильного питания» 5 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата по плану** | **Дата по факту** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** |
| 1 |  |  | Здоровье-это здорово | 1 |
| 2 |  |  | Я и мое здоровье | 1 |
| 3 |  |  | Мой образ жизни | 1 |
| 4 |  |  | Продукты разные нужны, продукты разные важны | 1 |
| 5 |  |  | О витаминах и минеральных веществах | 1 |
| 6 |  |  | Анализ рациона питания | 1 |
| 7 |  |  | Режим питания | 1 |
| 8 |  |  | Пищевая тарелка | 1 |
| 9 |  |  | Мой режим питания | 1 |
| 10 |  |  | Энергия пищи | 1 |
| 11 |  |  | Высококалорийные продукты | 1 |
| 12 |  |  | Низкокалорийные продукты | 1 |
| 13 |  |  | Где и как мы едим | 1 |
| 14 |  |  | Творческий мини-проект «Мы не дружим с сухомяткой» | 1 |
| 15 |  |  | Путешествие и поход | 1 |
| 16 |  |  | Ты - покупатель | 1 |
| 17 |  |  | Учимся читать упаковку | 1 |
| 18 |  |  | Где можно сделать покупку | 1 |
| 19 |  |  | Ты готовишь себе и друзьям | 1 |
| 20 |  |  | Творческий мини-проект «Помощники на кухне» | 1 |
| 21 |  |  | Кулинарные секреты | 1 |
| 22 |  |  | Конкурс кулинаров | 1 |
| 23 |  |  | Кухни разных народов мира | 1 |
| 24 |  |  | Кулинарное путешествие | 1 |
| 25 |  |  | Кулинарные праздники | 1 |
| 26 |  |  | Кулинарная история | 1 |
| 27 |  |  | Творческий проект «Первобытная культура» | 1 |
| 28 |  |  | Творческий проект «Кулинария в Средние века» | 1 |
| 29 |  |  | Как питались на Руси и в России | 1 |
| 30 |  |  | Экскурсия в краеведческий музей (история кухни и традиции питания жителей региона) | 1 |
| 31 |  |  | Викторина «Клуб знатоков русской кухни» | 1 |
| 32 |  |  | Необычное кулинарное путешествие | 1 |
| 33 |  |  | Защита проектов | 1 |
| 34 |  |  | Защита проектов | 1 |
| 35 |  |  | Итоговое занятие «необычное кулинарное путешествие» | 1 |

**Тематическое планирование курса**

**«Формула правильного питания» 6 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата по плану** | **Дата по факту** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** |
| 1. |  |  | Вводное занятие. Если хочешь быть здоровым. | 1 |
| 2. |  |  | Здоровье – это здорово. | 1 |
| 3. |  |  | Самые полезные продукты. | 1 |
| 4. |  |  | Самые полезные продукты. | 1 |
| 5. |  |  | Как правильно есть. | 1 |
| 6. |  |  | Из чего состоит наша пища? | 1 |
| 7. |  |  | Понятие «режим питания» | 1 |
| 8. |  |  | Как правильно питаться, если занимаешься спортом | 1 |
| 9. |  |  | Что нужно есть в разное время года? | 1 |
| 10 |  |  | Влияние калорийности пищи на телосложение | 1 |
| 11 |  |  | Продукты – источники белков, углеводов и жиров  | 1 |
| 12. |  |  | От чего зависит потребность энергии | 1 |
| 13. |  |  | Где и как мы едим | 1 |
| 14. |  |  | Система общественного питания | 1 |
| 15. |  |  | Права и обязанности покупателя | 1 |
| 16. |  |  | Читаем информацию на упаковке продукта | 1 |
| 17. |  |  | Срок хранения продуктов | 1 |
| 18. |  |  | Составление формулы правильного питания | 1 |
| 19. |  |  | Ты готовишь себе и друзьям | 1 |
| 20. |  |  | Бытовые приборы и безопасное поведение на кухне | 1 |
| 21. |  |  | Как правильно хранить продукты | 1 |
| 22. |  |  | Приготовление пищи и правильная сервировка стола | 1 |
| 23. |  |  | Кухни разных народов мира | 1 |
| 24. |  |  | Питание и климат, питание и географическое положение страны | 1 |
| 25. |  |  | Кулинарные праздники | 1 |
| 26. |  |  | Как питались первобытные люди | 1 |
| 27. |  |  | Как питались в Древнем Египте | 1 |
| 28. |  |  | Как питались в Древнем Греции и Риме | 1 |
| 29. |  |  | Как питались в Средневековье  | 1 |
| 30. |  |  | Как питались на Руси и в России | 1 |
| 31. |  |  | Хлеб – всему голова | 1 |
| 32. |  |  | Посуда на Руси | 1 |
| 33 |  |  | Кулинарные музеи | 1 |
| 34 |  |  | Кулинарная тема в музыке и живописи | 1 |
| 35. |  |  | Кулинарная тема в литературе | 1 |

**Тематическое планирование курса**

**«Формула правильного питания» 7 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата по плану** | **Дата по факту** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** |
| 1 |  |  | Почему важно быть здоровым? | 1 |
| 2 |  |  | Питание и здоровье. | 1 |
| 3 |  |  | Движение и здоровье. | 1 |
| 4 |  |  | Культура питания в твоей семье | 1 |
| 5 |  |  | Кухня народов мира. Спор о правильном питании | 1 |
| 6 |  |  | Разработка меню. | 1 |
| 7 |  |  | Режим дня. | 1 |
| 8 |  |  | Белки и продукты-источники белка | 1 |
| 9 |  |  | Продукты - источники углеводов | 1 |
| 10 |  |  | Продукты – источники жиров | 1 |
| 11 |  |  | От чего зависит потребность в энергии | 1 |
| 12 |  |  | Витамины и минеральные вещества | 1 |
| 13 |  |  | Правила для покупателей | 1 |
| 14 |  |  | О чем расскажет упаковка | 1 |
| 15 |  |  | Пищевые добавки. Что скрывается за буквой Е?  | 1 |
| 16 |  |  | Красители, эмульгаторы, консерванты, антиокислители, загустители, усилители вкуса. | 1 |
| 17 |  |  | Калорийность продуктов | 1 |
| 18 |  |  | Экскурсия в магазин | 1 |
| 19 |  |  | Приготовление пищи  | 1 |
| 20 |  |  | Правила сортировки | 1 |
| 21 |  |  | Питание и климат | 1 |
| 22 |  |  | Секреты здорового обеда | 1 |
| 23 |  |  | Русское чаепитие. В чем разница чая из чайника и самовара? | 1 |
| 24 |  |  | Деревенские посиделки. «Поговорим на завалинке». | 1 |
| 25 |  |  | Масленица. Время есть блины. | 1 |
| 26 |  |  | Хороши калачи из царской печи. Стол для царя. | 1 |
| 27 |  |  | Кулинарное путешествие по России.  | 1 |
| 28 |  |  | Традиционные блюда народов России. | 1 |
| 29 |  |  | Первые блюда на любое время года. | 1 |
| 30 |  |  | Народные праздники, их меню | 1 |
| 31 |  |  | Народные праздники, их меню | 1 |
| 32 |  |  | Народные праздники, их меню | 1 |
| 33 |  |  | Творческий проект «Первобытная культура» | 1 |
| 34 |  |  | Творческий проект «Первобытная культура» | 1 |
| 35 |  |  | Защита проектов | 1 |

**Тематическое планирование курса**

**«Формула правильного питания» 8 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата по плану** | **Дата по факту** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** |
| 1 |  |  | Вводное занятие  | 1 |
| 2 |  |  | Здоровье – это здорово! Основные понятия о здоровье. | 1 |
| 3 |  |  | От каких факторов зависит наше здоровье?  | 1 |
| 4 |  |  | Черты характера и здоровье  | 1 |
| 5 |  |  | Привычки и здоровье  | 1 |
| 6 |  |  | Мой ЗОЖ  | 1 |
| 7 |  |  | Сбалансированное питание  | 1 |
| 8 |  |  | «Белковый круг»  | 1 |
| 9 |  |  | «Жировой круг»  | 1 |
| 10 |  |  | Мой рацион питания «Минеральный круг»  | 1 |
| 11 |  |  | Умейте правильно питаться. Пищевые вещества, их роль в питании и здоровье школьников  | 1 |
| 12 |  |  | Режим питания. «Пищевая тарелка»  | 1 |
| 13 |  |  | Витамины и минеральные вещества  | 1 |
| 14 |  |  | Влияние воды на обмен веществ. Напитки и настои для здоровья.  | 1 |
| 15 |  |  | Энергия пищи. Источники «строительного материала» Игра «Что? Где? Когда?» | 1 |
| 16 |  |  | Роль пищевых волокон на организм человека  | 1 |
| 17 |  |  | Где и как мы едим  | 1 |
| 18 |  |  | «Фаст фуды»  | 1 |
| 19 |  |  | Где и как мы едим. Правила гигиены  | 1 |
| 20 |  |  | Меню для похода  | 1 |
| 21 |  |  | Ты - покупатель  | 1 |
| 22 |  |  |  Срок хранения продуктов  | 1 |
| 23 |  |  | Пищевые отравления, их предупреждение  | 1 |
| 24 |  |  | Ты - покупатель Права потребителя  | 1 |
| 25 |  |  | Ты готовишь себе и друзьям. Бытовые приборы для кухни  | 1 |
| 26 |  |  | Ты готовишь себе и друзьям. Блюдо своими руками  | 1 |
| 27 |  |  | Ты готовишь себе и друзьям. Бытовые приборы для кухни  | 1 |
| 28 |  |  | Салаты. Ты готовишь себе и друзьям. Блюдо своими руками  | 1 |
| 29 |  |  |  Кухни разных народов  | 1 |
| 30 |  |  | Традиционные блюда Германии и Франции. | 1 |
| 31 |  |  | Традиционные блюда Великобритании. | 1 |
| 32 |  |  | Традиционные блюда Болгарии и Исландии  | 1 |
| 33 |  |  | Традиционные блюда Японии и Норвегии  | 1 |
| 34 |  |  |  Блюда жителей Крайнего Севера  | 1 |
| 35 |  |  | Традиционные блюда России  | 1 |

**Тематическое планирование курса**

**«Формула правильного питания» 9 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата по плану** | **Дата по факту** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** |
| 1 |  |  | Вводное занятие  | 1 |
| 2 |  |  | Здоровье – это здорово! Основные понятия о здоровье. | 1 |
| 3 |  |  | От каких факторов зависит наше здоровье?  | 1 |
| 4 |  |  | Черты характера и здоровье  | 1 |
| 5 |  |  | Привычки и здоровье  | 1 |
| 6 |  |  | Мой ЗОЖ  | 1 |
| 7 |  |  | Сбалансированное питание  | 1 |
| 8 |  |  | «Белковый круг»  | 1 |
| 9 |  |  | «Жировой круг»  | 1 |
| 10 |  |  | Мой рацион питания «Минеральный круг»  | 1 |
| 11 |  |  | Умейте правильно питаться. Пищевые вещества, их роль в питании и здоровье школьников  | 1 |
| 12 |  |  | Режим питания. «Пищевая тарелка»  | 1 |
| 13 |  |  | Витамины и минеральные вещества  | 1 |
| 14 |  |  | Влияние воды на обмен веществ. Напитки и настои для здоровья.  | 1 |
| 15 |  |  | Энергия пищи. Источники «строительного материала» Игра «Что? Где? Когда?» | 1 |
| 16 |  |  | Роль пищевых волокон на организм человека  | 1 |
| 17 |  |  | Где и как мы едим  | 1 |
| 18 |  |  | « Фаст фуды»  | 1 |
| 19 |  |  | Где и как мы едим. Правила гигиены  | 1 |
| 20 |  |  | Меню для похода  | 1 |
| 21 |  |  | Ты - покупатель  | 1 |
| 22 |  |  |  Срок хранения продуктов  | 1 |
| 23 |  |  | Пищевые отравления, их предупреждение  | 1 |
| 24 |  |  | Ты - покупатель Права потребителя  | 1 |
| 25 |  |  | Ты готовишь себе и друзьям. Бытовые приборы для кухни  | 1 |
| 26 |  |  | Ты готовишь себе и друзьям. Блюдо своими руками  | 1 |
| 27 |  |  | Ты готовишь себе и друзьям. Бытовые приборы для кухни  | 1 |
| 28 |  |  | Салаты. Ты готовишь себе и друзьям. Блюдо своими руками  | 1 |
| 29 |  |  |  Кухни разных народов  | 1 |
| 30 |  |  | Традиционные блюда Германии и Франции. | 1 |
| 31 |  |  | Традиционные блюда Великобритании. | 1 |
| 32 |  |  | Традиционные блюда Болгарии и Исландии  | 1 |
| 33 |  |  | Традиционные блюда Японии и Норвегии  | 1 |
| 34 |  |  |  Блюда жителей Крайнего Севера  | 1 |
| 35 |  |  | Традиционные блюда России  | 1 |

**Оценочные и методические материалы**

В течение года ежемесячно заполняется лист индивидуальных достижений ученика. Анализ этих листов позволяет определить уровень сформированности УУД.

**ЛИСТ**

**индивидуальных достижений ученика \_\_\_\_\_\_ класса**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**по курсу внеурочной деятельности «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»**

|  |  |
| --- | --- |
| Вид деятельности. | Время учёбы (месяц) |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Регулярно посещает занятия. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Старательно и терпеливо выполняет указания учителя. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Адекватно относится к критике со стороны педагога. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Высказывает своё мнение о деятельности товарищей, критически сравнивает свою работу с другими.  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Читает, заполняет несложные готовые таблицы; читает несложные готовые столбчатые диаграммы. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

 Карта развития метапредметных результатов заполняется в конце учебного года и позволяет определить уровень формирования метапредметных результатов.

**Карта развития метапредметных результатов**

**курса внеурочной деятельности «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»**

**ученика \_\_\_\_ класса Ф.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Метапредметные результаты** | **Да** | **Нет** |
| Высокая мотивация к …….. |  |  |
| Проявляет настойчивость в достижении цели. |  |  |
| Применяет методы наблюдения. |  |  |
| Оценивает ….  |  |  |
| Обсуждает проблемные вопросы с учителем. |  |  |
| Строит работу на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи. |  |  |
| Сравнивает результаты своей деятельности с результатами других учащихся. |  |  |
| Определяет успешность выполнения своего задания в диалоге с учителем. |  |  |
| Понимает причины успеха/неуспеха своей деятельности; |  |  |
| Обладает волевой саморегуляцией в ходе приобретения опыта коллективного публичного выступления и при подготовке к нему. |  |  |
| Объясняет свои чувства и ощущения от созерцаемых произведений искусства. |  |  |
| Вступает в беседу и обсуждение на занятии и в жизни.  |  |  |

Если обучающийся набирает 10-12 положительных ответов. У него высокий уровень формирования метапредметных результатов.

7-8 положительных ответов – средний уровень формирования. Учителю необходимо больше обращать внимания на работу с этим обучающимся.

5-6 положительных ответов – низкий уровень формирования. Учитель должен построить работу с данным учеником так, чтобы в следующем году повысить уровень формирования метапредметных результатов.

**Рефлексивная карта курса внеурочной деятельности«\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»**

**ученика \_\_\_\_ класса Ф.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Какой курс внеурочной деятельности я посещаю с большим удовольствием? |  |
| 2.Какой курс считаю самым важным? |  |
| 3.Какой курс считаю не нужным? |  |
| 4. Сколько курсов посещаю? |  |
| 5. Помогают ли родители? |  |
| 6. Где буду использовать полученные знания? |  |
| 7.Помогают ли курсы в повседневной учёбе? |  |
| 8.Какой новый курс хотел бы посещать? |  |

Данная рефлексивная карта заполняется учеником в декабре и мае и хранится у классного руководителя.