

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Богдановская средняя общеобразовательная школа  
Каменского района Ростовской области

«Утверждаю»  
Директор МБОУ Богдановской СОШ  
Приказ от «31» августа 2021 г № 170  
\_\_\_\_\_ Т.А.Рай

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»

Спортивно-оздоровительное направление деятельности

Уровень общего образования 2б

Начальное общее образование

Количество часов 32

Учитель Вылегжанина Ю.В.

Рабочая программа учебного курса по внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» для 2 класса разработана на основе ФГОС НОО, на базе программы начального общего образования-УМК программы «Разговор о правильном питании» для 1-2 классов.

### **Пояснительная записка.**

В целях реализации Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации, активизации спортивно-массовой работы в школе, популяризации физической культуры и спорта среди обучающихся, привлечения школьников для систематических занятий физической культурой и спортом, совершенствования умений и навыков обучающихся, полученных на уроках физической культуры, воспитания у школьников общественной активности и трудолюбия, самостоятельности и организаторских способностей, в соответствии с приказом министерства образования и науки Российской Федерации №1056 от 13 сентября 2013 г. «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов». Программа реализуется в рамках деятельности школьного спортивного клуба МБОУ Богдановской СОШ «Факел».

### **Цели и задачи изучения программы.**

**Цель программы** – формирование основ культуры питания, как части общей культуры здоровья.

#### **Задачи:**

- развитие представлений о правильном питании;
- формирование полезных навыков и привычек;
- формирование ответственного отношения к своему здоровью;
- формирование представлений о народных традициях, связанных с питанием;
- просвещение родителей в вопросах рационального питания для детей.

Данная программа представляет детям широкую панораму правильного и здорового питания как компонент сохранения здоровья и долголетия. В основной школе этот материал будет изучаться дифференцированно на уроках различных предметных областей: химии, биологии, технологии и других дисциплин. В рамках же данной программы, благодаря интеграции естественнонаучных и социально-гуманитарных знаний, могут быть успешно и в полном соответствии с возрастными особенностями младшего школьника решены задачи:

- осознание важности образования и воспитания правильного питания;
- формирования системы позитивных национальных ценностей, идеалов сохранения собственного здоровья, здоровья близких, как важнейшее национальное достояние России.

Используя для осмысления личного опыта ребёнка знания, накопленные естественными и социально-гуманитарными науками, программа вводит в процесс ценностного отношения к своему здоровью, а именно здоровому питанию ценностную шкалу, без которой невозможно формирование позитивных целевых установок подрастающего поколения. Программа «Разговор о правильном питании» помогает ученику в формировании личностного восприятия, эмоционального, оценочного отношения к здоровью, воспитывает нравственно и духовно зрелых, активных, компетентных граждан, способных оценивать своё место в окружающем мире и участвовать в созидательной деятельности на благо родной страны и планеты Земля.

Значение программы состоит также в том, что в ходе её изучения школьники овладевают основами практико-ориентированных знаний о человеке; о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, на формирование готовности соблюдать их; учатся осмысливать причинно-следственные связи формирования навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.

Существенная особенность программы состоит в том, что в ней заложена содержательная основа для широкой реализации межпредметных связей всех дисциплин начальной школы. Программа использует и тем самым подкрепляет умения, полученные на уроках чтения и литературы, русского языка и математики, музыки и изобразительного искусства, технологии и физической культуры, совместно с ними приучая детей к рационально-научному и эмоционально-ценностному постижению окружающего мира.

### **Место и роль учебного курса в учебном плане школы.**

Согласно учебному плану МБОУ Богдановской СОШ на изучение курса «Разговор о правильном питании» во 2б классе отводится 1 час в неделю по Федеральному государственному образовательному стандарту.

В соответствии с календарным учебным планом-графиком МБОУ Богдановской СОШ на 2021-2022 учебный год, расписанием школы, исключив праздничные дни 07.03.2022, 02.05.2022, 09.05.2022, данная программа во 2б классе рассчитана на 32 часа при нормативной продолжительности учебного года 34 учебные недели.

### **Раздел 1. Планируемые результаты изучения программы**

**Личностными результатами** освоения учащимися программы являются:

- проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания;
- овладение установками, нормами и правилами правильного питания;
- готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания, в том числе ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные ценностно-смысловые установки обучающихся, формируемые средствами различных предметов в рамках программы «Разговор о правильном питании», в том числе развитие представления об адекватности питания, его соответствия росту, весу, возрасту, образу жизни человека.

**Метапредметными результатами** освоения программы являются:

- способность и готовность к освоению систематических знаний о правильном питании, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к решению личностных и социально значимых проблем здорового питания и воплощение найденных решений в практику;
- способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии в области здорового питания;

**Предметными результатами** освоения программы являются:

*В познавательной сфере:*

- рациональное использование учебной и дополнительной технологической информации для проектирования и создания личной траектории здорового питания;
- оценка технологических свойств сырья и областей их применения;
- владение методами чтения штрих-кодов на продуктах питания, приобретаемых в розничной торговле;
- формирование представления о роли национальных кухонь в обеспечении полноценным питанием жителей той или иной местности.

*В трудовой сфере:*

- соблюдение норм и правил безопасности труда, пожарной безопасности, правил санитарии и гигиены;
- планирование технологического процесса труда.

*В мотивационной сфере:*

- выраженная готовность в потребности здорового питания;
- осознание ответственности за качество правильного питания.

*В эстетической сфере:*

- дизайнерское проектирование блюд с точки зрения здорового питания;
- освоение навыков сервировки стола.

*В коммуникативной:*

- публичная презентация и защита мини-проектов по здоровому питанию.

### **Раздел 2. Содержание учебного предмета, курса.**

Обучение школьников по программе строится на основе освоения конкретных процессов преобразования и использования материалов, информации, объектов природной и социальной среды; в соответствии с использованием форм и методов обучения психологических особенностей детей 2 классов.

Одной из трех содержательных частей шестилетней программы «Разговор о правильном питании» является программа «Разговор о правильном питании» для 1-2 классов.

*УМК программы «Разговор о правильном питании» включает:*

Рабочую тетрадь для учащихся «Разговор о правильном питании» для детей 6-8 лет (1 и 2 класс);

Методическое пособие для педагогов;

Буклеты для родителей;

Плакаты;

Сборник конкурсных материалов (конспекты занятий, конкурсов, праздников, викторин, соревнований, тематическое планирование).

*Часть 1 «Разговор о правильном питании»* предназначен для детей 1-2 классов.

Целью данного курса является формирование у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья. Здесь учитываются и традиции питания, а также предполагается активное вовлечение родителей в процесс обучения.

**Программа каждого класса состоит из 4-х разделов:**

***Хлеб всему голова!***

История возникновения хлеба. Из чего состоит хлеб. Путешествие пирожка.

Разновидности хлебобулочных изделий.

***Вода в жизни человека.***

Вода живая и неживая. Как обезопасить себя. Кипячение воды. Состав организма.

Неполезные продукты: сладости, чипсы, напитки, торты. Полезные напитки.

Ты – покупатель.

***Витамины.***

Разновидности витаминов. Продукты содержащие определённые витамины.

Вкусные традиции моей семьи.

***Праздник здоровья***

**Раздел 3.**

**Тематическое планирование**

	<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Сроки прохождения</b>
1	Хлеб всему голова.	8	06.09 – 25.10
2	Вода в жизни человека.	8	08.11 – 27.12
3	Витамины.	15	10.01 – 16.05
4	Праздник здоровья	1	23.05

Приложение 1.

**Раздел 3. Календарно-тематическое планирование 2а класс**

№ п/п	Тема занятия	Формы организации	Кол-во часов	Дата проведения	
				План	Факт
1	Вводное занятие. Повторение основных понятий	Беседа	1	06.09	
2	Проект «Хлеб – всему голова». Значение хлеба в жизни человека	Круглый стол	1	13.09	
3	Путешествие «По хлебной дороге». История хлебороба, история колоска	Презентация	1	20.09	
4	История зернышка (технология производства хлеба)	Практическая работа	1	27.09	
5	История появления хлебопечения на Руси	Беседа	1	04.10	
6	Хлеб в период ВОВ	Презентация	1	11.10	
7	Виды хлебобулочных изделий. Лепка из соленого теста	Практическая работа	1	18.10	
8	Обобщение результатов проекта. Составление памятки «Как относиться к хлебу»	Защита проекта	1	25.10	
9	Инсценировка «Хлеб да соль». Выставка хлебных изделий «Хлебная страна»	Игра	1	08.11	
10 11	Веселые старты	Игры на свежем воздухе	2	15.11 22.11	
12	Игра-соревнование «Веселые старты»	Игра	1	29.11	
13 14	На вкус и цвет товарищей нет	Круглый стол	2	06.12 13.12	
15 16	Как утолить жажду	Беседа	2	20.12 27.12	
17 18	Чайная церемония	Чаепитие	2	10.01 17.01	
19 20	Что помогает быть сильным и ловким	Круглый стол	2	24.01 31.01	
21 22	Значение витаминов в жизни человека	Беседа	2	07.02 14.02	
23 24	Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты	Олимпиада	2	21.02 28.02	
25 26	Всякому овощу – свое время	Игра	2	14.03 21.03	
27 28	Где найти витамины весной	Беседа	2	04.04 11.04	
29	Практическая работа. Посадка лука	Практическая работа	1	18.04	
30	Праздник урожая	Чаепитие	1	25.04	
31 32	Оформление плаката «Витаминная страна»	Практическая работа	2	16.05 23.05	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

методического совета

МБОУ Богдановской СОШ

От «31» августа 2021 года № 1

\_\_\_\_\_ Е.С. Верхова

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

\_\_\_\_\_ Т.Д. Хоперскова

«31» августа 2021 года