

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 2а
Начальное общее образование
Количество часов 34
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 2а 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, данная программа во 2а классе рассчитана на 34 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

	Тема	Количество часов	Сроки прохождения
1	Хлеб всему голова.	8	03.09 – 22.10
2	Вода в жизни человека.	8	29.10 – 24.12
3	Витамины.	16	14.01 – 06.05
4	Праздник здоровья	2	13.05 – 20.05

Приложение 1.

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	03.09	
2	Проект «Хлеб – всему голова». Значение хлеба в жизни человека	Круглый стол	1	10.09	
3	Путешествие «По хлебной дороге». История хлебороба, история колоска	Презентация	1	17.09	
4	История зернышка (технология производства хлеба)	Практическая работа	1	24.09	
5	История появления хлебопечения на Руси	Беседа	1	01.10	
6	Хлеб в период ВОВ	Презентация	1	08.10	
7	Виды хлебобулочных изделий. Лепка из соленого теста	Практическая работа	1	15.10	
8	Обобщение результатов проекта. Составление памятки «Как относиться к хлебу»	Защита проекта	1	22.10	
9	Инсценировка «Хлеб да соль». Выставка хлебных изделий «Хлебная страна»	Игра	1	29.10	
10 11	Веселые старты	Игры на свежем воздухе	2	12.11 19.11	
12	Игра-соревнование «Веселые старты»	Игра	1	26.11	
13 14	На вкус и цвет товарищей нет	Круглый стол	2	03.12 10.12	
15 16	Как утолить жажду	Беседа	2	17.12 24.12	
17 18	Чайная церемония	Чаепитие	2	14.01 21.01	
19 20	Что помогает быть сильным и ловким	Круглый стол	2	28.01 04.02	
21 22	Значение витаминов в жизни человека	Беседа	2	11.02 18.02	
23 24	Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты	Олимпиада	2	25.02 04.03	
25 26	Всякому овощу – свое время	Игра	2	11.03 18.03	
27 28	Где найти витамины весной	Беседа	2	25.03 08.04	
29	Практическая работа. Посадка лука	Практическая работа	1	15.04	
30	Праздник урожая	Чаепитие	1	22.04	
31 32	Оформление плаката «Витаминная страна»	Практическая работа	2	29.04 06.05	
33 34	Праздник «Я здоров!»	Праздник	2	13.05 20.05	

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