
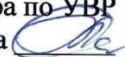


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Тамбовская средняя общеобразовательная школа**

Рассмотрено и рекомендовано
к утверждению на заседании
начальных классов
Протокол № 4 от 30.08.2021г.
Руководитель МО
Т.В. Полякова 

Согласовано:
зам. директора по УВР
Т. А. Саяпина 
«30» 08 2021г.

Утверждаю:
директор МБОУ Тамбовская СОШО учителей
И.А. Иванова 

Приказ № 285 от 30.08.2021г.

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Здоровое питание»
для учащихся 2 класса**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Здоровое питание» для обучающихся 2 классов основной образовательной школы составлена на основе авторской программы: «Разговор о правильном питании» М.М. Безруких и методического пособия для учителей/ Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г.- М.: ОЛМА Медиа Групп.

Программа составлена
Мухаметдиновой Светланой Юрьевной
учителем начальных классов
МБОУ Тамбовская СОШ

Тамбовка.
2021год.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Здоровое питание» для 2 класса разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно - нравственного развития и воспитания личности гражданина России, требований к результатам освоения основной общеобразовательной программы начального общего образования, авторской программы М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М. ОЛМА Медиа Групп 2009г.

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 многие дети имеют хронические заболевания.

Данные научных исследований показывают, что здоровье зависит от следующих факторов: медицинского обслуживания, наследственности, экологии и образа жизни.

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.

Место курса в учебном плане.

На изучение курса «Здоровое питание» во 2 классе отводится 0,5 ч в неделю. За учебный год —16,5 ч.

Планируемые результаты освоения учебного предмета 2 класс.

В результате изучения программы обучающимися должны быть достигнуты определённые результаты.

личностные результаты

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и познавательной деятельности;
- иметь первоначальное представление о здоровом образе жизни и правилах личной гигиены;
- знать этические нормы поведения во время экскурсий, викторин и соревнований;
- навыки сотрудничества в разных ситуациях;
- знать этические нормы, предъявляемые к сервировке стола, правила личной гигиены;
- объяснять некоторые правила вежливого, уместного поведения людей при общении во время приёма пищи.

метапредметные результаты

- классифицировать предметы по заданным критериям;
- объяснять смысл народных пословиц и поговорок;
- строить простые сообщения, в том числе творческого характера;
- сравнивать предметы и объекты, находить общее и различия;
- ориентироваться в своей системе знаний;
- учиться договариваться о распределении ролей в игре, работы в совместной деятельности;
- делать простые выводы и обобщения в результате совместной работы группы.

предметные результаты:

- иметь представление о рациональном питании;
- уметь делать выбор между вредными и полезными продуктами;
- иметь представление о соблюдении гигиены и режима питания;
- иметь представление о пользе витаминов и минеральных веществ в жизни человека;
- иметь представление о значении жидкости для организма человека;
- иметь практические навыки распознавания вкусовых качеств продуктов;
- уметь составлять личное меню, состоящее из полезных продуктов и блюд;
- уметь приготовить простейшие блюда (бутерброды, салаты).

Содержание курса внеурочной деятельности «Здоровое питание» 2 класс 16,5 часов.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов
	Поговорим о продуктах	2 ч
1	Если хочешь быть здоров.	1
2	Самые полезные продукты.	1
	Гигиена питания	1 ч
3	Удивительные превращения пирожка.	1
	Режим питания	7,5 ч

4	Кто жить умеет по часам.	1
5	Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной.	1
6	Плох обед, если хлеба нет.	1
7	Время есть булочки.	1
8	Конкурс – викторина «Знатоки молока».	1
9	Игра «Кладовая народной мудрости».	0,5
10	Пора ужинать.	1
11	Экскурсия в столовую.	1
	Витамины круглый год	6 ч
12	Где найти витамины весной.	1
13	На вкус и цвет товарищей нет.	1
14	Как утолить жажду.	1
15	Что помогает быть сильным и ловким.	1
16	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты.	1
17	Каждому овощу - своё время. Викторина «Знатоки здорового питания».	1.
	Итого	16,5ч.

Итого – 16,5 часа (13 часов (80%) – урок, 3,5 часа (20%) – другие учебные формы)

Всего часов	16,5ч.
Урок	13 ч. – 80%
Практикум	1 ч.
Проектная деятельность	
Образовательная экскурсия	1 ч.
Познавательная лаборатория	1ч.
Игры , состязания	0,5 ч.
	20%-13ч.

Тема	урок					
		Практикум	Проектная деятельность	Образовательная экскурсия	Познавательная лаборатория	Игры, состязания
Если хочешь быть здоров.	1ч.					
Самые полезные продукты.	1 ч.					
Удивительные превращения пирожка.	1 ч.					
Кто жить умеет по часам.	1 ч.					
Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной.	1 ч.				1ч.	
Плох обед, если хлеба нет.	1 ч.					
Время есть булочки.	1 ч.					
Конкурс – викторина «Знатоки молока».	1 ч.					
Игра «Кладовая народной мудрости».	0,5ч.					0,5ч.
Пора ужинать.	1 ч.					
Экскурсия в столовую.	1 ч.			1ч.		
Где найти витамины весной.	1 ч.					
На вкус и цвет товарищей нет.	1 ч.					
Как утолить жажду.	1 ч.	1ч.				
Что помогает быть сильным и ловким.	1 ч.					
Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты.	1 ч.					
Каждому овощу - своё время. Викторина «Знатоки здорового питания».	1ч.					
Итого:	16,5 ч.	1ч.		1ч.	1ч.	0,5ч.
		16,5 часа (13 часов (80%) + 3,5 часов (20%))				

Календарно-тематическое планирование по курсу «Здоровое питание». 2 класс. 16,5 часов.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Виды и формы контроля	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту

	Поговорим о продуктах		2 ч		
1	Если хочешь быть здоров.	Устный опрос	1		
2	Самые полезные продукты.	Устный опрос	1		
	Гигиена питания		1 ч		
3	Удивительные превращения пирожка.	Устный опрос	1		
	Режим питания		7,5 ч		
4	Кто жить умеет по часам.	Устный опрос	1		
5	Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной.	Устный опрос	1		
6	Плох обед, если хлеба нет.	Устный опрос	1		
7	Время есть булочки.	Устный опрос	1		
8	Конкурс – викторина «Знатоки молока».	Устный опрос	1		
9	Игра «Кладовая народной мудрости».	Устный опрос	0,5		
10	Пора ужинать.	Устный опрос	1		
11	Экскурсия в столовую.	Устный опрос, экскурсия	1		
	Витамины круглый год		6 ч		
12	Где найти витамины весной.	Устный опрос	1		
13	На вкус и цвет товарищей нет.	Устный опрос	1		
14	Как утолить жажду.	Устный опрос, практикум	1		
15	Что помогает быть сильным и ловким.	Устный опрос	1		
16	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты.	Устный опрос, рисунки	1		
17	Каждому овощу - своё время. Викторина «Знатоки здорового питания».	Устный опрос	1		
	Итого		16,5ч.		