

Октябрьский район п. Каменоломни
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 20 имени С. С. Станчева

«Утверждаю»
Директор МБОУ гимназии № 20
имени С. С. Станчева
Приказ от 30.08.2021 № 278
_____ Л. А. Бутова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам здорового питания

Уровень начального общего образования: 1 «Б» класс

Количество часов в неделю: 1 час, всего: 32 часа

Рабочая программа разработана и составлена в соответствии с требованиями федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего образования по основам здорового питания и авторской программы начального общего образования по курсу основы здорового питания.
УМК «Школа России» М.М.Безруких, А.Г.Макеев, Т.А.Филиппова., 2019 год общеобразовательных организаций:
базовый уровень М.: Просвещение 2019 – 71 с : ил.

Учитель: Левина Светлана Витальевна / _____/

2021- 2022 учебный год

Раздел № 1 Пояснительная записка.

Федеральный базисный учебный план для образовательных организаций РФ отводит 33 часа для обязательного изучения внеурочной деятельности основы здорового питания в 1 классе из расчёта 1 час в неделю. Согласно расписанию учебных занятий на 2021-2022 учебный год и производственному календарю на 2021 и 2022 года учебные часы попадают на праздничные дни (8 марта) скорректировать общее количество внеурочных часов в сторону уменьшения на 1 час, что не отразится на выполнении учебной программы по внеурочной деятельности основы здорового питания в 1 классе

Адаптированная основная образовательная программа начального общего

образования обучающихся с задержкой психического развития (далее – АООП НОО

обучающихся с ЗПР) – это образовательная программа, адаптированная для обучения данной категории обучающихся с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Данная образовательная программа разработана на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального

общего образования для детей с ограниченными возможностями здоровья (приказ Минобрнауки России от 19.12.2014г. №1598);

- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития;
- Санитарно-эпидемиологических правил и нормативах СанПиН 2.4.2.3286-15, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015г. №26;
- нормативно-методической документации Министерства образования и науки РФ и других нормативно-правовых актов в области образования;

В связи с изменениями, которые носят в некоторые федеральные государственные образовательные стандарты общего образования по вопросам воспитания обучающихся, в рабочей программе прослеживаются основные направления воспитательной деятельности:

1. Гражданское воспитание.
2. Патриотическое воспитание.
3. Духовно-нравственное воспитание.
4. Эстетическое воспитание.
5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия.
6. Трудовое воспитание.
7. Экологическое воспитание.
8. Ценности научного познания.

Раздел № 2

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.

Личностные результаты

- проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания;
- овладение установками, нормами и правилами правильного питания;
- готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания;
- умение ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания;
- умение 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.

Метапредметные результаты

Коммуникативные УУД

- использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач;
- построение монологического высказывания (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой);
- владение диалогической формой коммуникации, используя, в том числе, и инструменты ИКТ и дистанционного общения.

Регулятивные УУД

- понимание и сохранение учебной задачи;
- понимание выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планирование своих действий в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- принятие установленных правил в планировании и контроль способа решения;
- осуществление итогового и пошагового контроля по результату (в случае работы в интерактивной среде пользоваться реакцией среды решения задачи).

Познавательные УУД

- осуществление поиска необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе в контролируемом пространстве Интернета;
- осуществление записи (фиксации) выборочной информации об окружающем мире и себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- построение сообщения в устной и письменной форме;
- смысловое восприятие художественных и познавательных текстов, выделение существенной информации из

сообщений разных видов (в первую очередь текстов);

· осуществление сравнения и классификации на основе самостоятельного выбора оснований и критериев для указанных логических операций.

Предметные результаты

- знание детей о правилах и основах рационального питания, о необходимости соблюдения гигиены питания;
- навыки правильного питания как составная часть здорового образа жизни;
- умение определять полезные продукты питания;
- знание о структуре ежедневного рациона питания;
- навыки по соблюдению и выполнению гигиены питания;
- умение самостоятельно ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания.

Раздел № 3
Содержание учебного предмета.

№ п/п	Раздел программы	Основное содержание по темам	Количество часов	Практическая часть
1.	Раздел № 1. Здравствуй, дорогой друг!	Знакомство с тетрадью.	1 час	
2.	Раздел № 2. Если хочешь быть здоров.	Законы питания	12 часов	
3.	Раздел № 3. Из чего варят кашу?	Крупы из которых можно сварит кашу.	4 часа	
4.	Раздел № 4. Практические занятия.	Викторины. Игры. Практическое задание.	3 часа	
5.	Раздел № 5. Хлеб всему голова.	Хлебобулочные изделия. Игры.	6 часов	
6.	Раздел № 6. Назад в прошлое.	Блюда старины. Сервировка стола. Игры.	6 часов	

Раздел № 4

Тематическое планирование.

№№	Дата	Тема урока	Кол-во часов
		Раздел № 1. Здравствуй, дорогой друг! (1 час)	
1.	03.09	Здравствуй, дорогой друг.	
		Раздел № 2. Если хочешь быть здоров. (12 часов)	
2.	10.09	Если хочешь быть здоров.	
3.	17.09	Самые полезные продукты	
4.	24.09	Практическое занятие. Кулинарная студия «Сладкая парочка» Тыква и яблоко»	
5.	01.10	Сюжетно-ролевая игра «Мы идём в магазин».	
6.	08.10	Игра «Разноцветные столы».	
7.	15.10	Удивительное превращение пирожка	
8.	22.10	Соревнование «Кто правильно покажет время завтрака, обеда, ужина».	
9.	12.11	Игра-обсуждение «Законы питания»	
10.	19.11	Как правильно есть (гигиена питания)	
11.	26.11	Твой режим питания	
12.	03.12	Кто умеет жить по часам	
13.	10.12	Чтение и обсуждение «Сказки о потерянном времени» И. Шварца	

		Раздел № 3. Из чего варят кашу? (4 часа)	
14.	17.12	Из чего варят кашу, и как сделать кашу вкусной	
15.	24.12	Из чего варят каши	
16.	14.01	Как сделать кашу вкусной	
17.	21.01	Конкурс «Самая вкусная и полезная каша»	
		Раздел № 4. Практические занятия. (3 часа)	
18.	28.01	Викторина «Печка в русских сказках».	
19.	04.02	Игра «Поварята»	
20.	11.02	Практическое занятие. Кулинарная студия «Самый вкусный бутерброд».	
		Раздел № 5. Хлеб всему голова. (6 часов)	
21.	25.02	Плох обед, коли хлеба нет	
22.	04.03	Хлеб всему голова	
23.	11.03	Игра «Город здоровья»	
24.	18.03	Игра «Секреты обеда».	
25.	25.03	Игра «Лесенка с секретом»	
26.	08.04	Игра «Советы Хозяюшки»	
		Раздел № 6. Назад в прошлое. (6 часов)	
27.	15.04	Народные праздники, их меню	
28.	22.04	Народные праздники, их меню	
29.	29.04	Как правильно накрыть стол.	

30.	06.05	Когда человек начал пользоваться вилкой и ножом	
31.	13.05	Что готовили наши прабабушки. Итоговое занятие	
32.	20.05		

Раздел № 5

Лист корректировки.

Предмет основы здорового питания

Класс 1 «Б»

№ урока	Тема	Количество часов		Причина корректировки	Способ корректировки
		по плану	по факту		

Раздел №6
Аннотация.

Название рабочей программы	Класс	УМК	Количество часов для изучения	Автор/ составитель программы (Ф.И.О.)
Рабочая программа по внеурочной деятельности основы здорового питания	1 «А», 1 «В».	1.Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании. / Методическое пособие. – М. : ОЛМА-ПРЕСС, 2012.	33	Левина Светлана Витальевна
		2.Безруких М.М. И др. Разговор о правильном питании: Рабочая тетрадь / М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. – М. : ОЛМА Медиа Групп, 2013.		
		3.Компьютерные и информационно-коммуникативные средства CD-диски		

Согласовано

протокол заседания МО

МБОУ гимназии № 20 имени С. С. Станчева

№ 1 от 26.08.2021г.

Руководитель МО _____ / Криволицкая И.Е./

Согласовано

Заместитель директора по УВР

_____ О.А. Жмурина

от 26.08.2021г.