

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики
Владимирской области
Управление образования муниципальное образование
Юрьев- Польский район
МБОУ "Энтузиастская школа им.В.И.Шибанкова"

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом

Протокол № 6
от «28» июня 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Приказ № 178
от «28» июня 2024 г.

Программа внеурочной деятельности
«Разговор о правильном питании»
для обучающихся 2 класса

с. Энтузиаст, 2024

Рабочая образовательная программа по курсу внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» для 2 класса составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования по внеурочной деятельности, авторской программой Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Федеральный базисный (образовательный) учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации, предусматривает обязательное изучение курса по внеурочной деятельности на этапе основного общего образования во 2 классе в объёме 34 часов.

В соответствии с календарным учебным графиком МБОУ «Энтузиастская школа им. В.И. Шибанкова» на 2024-2025 учебный год рабочая программа рассчитана на преподавание курса во 2 классе в объёме 1 час в неделю (34 часа в год).

Фактически учебных недель во 2 классе - 34.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты.

- осознавать роль речи в жизни людей;
- оценивать некоторые высказывания людей с точки зрения их уместности, тактичности в данной ситуации;
- объяснять некоторые правила вежливого, уместного поведения людей при общении (правила при разговоре, приветствии, извинении и т.д.).

Метапредметные результаты.

- соблюдать некоторые правила вежливого общения в урочной и внеурочной деятельности;
- реализовывать простое высказывание на заданную тему;
- ориентироваться в своей системе знаний: приводить примеры удачного и неудачного общения в своей жизни и жизни окружающих;
- самостоятельно работать с некоторыми заданиями учебника, осознавать недостаток информации, использовать школьные толковые словари;
- учиться договариваться о распределении ролей в игре, работы в совместной деятельности;
- делать простые выводы и обобщения в результате совместной работы класса.

Предметные результаты.

- организовать рациональное сбалансированное питание в семьях учащихся;
- охранять здоровье и организовать здоровый образ жизни;
- выполнять санитарно-гигиенические требования;
- пропагандировать здоровый образ жизни в жизненной ситуации своей и других людей.
- организовать правильное питание учащихся в школе;
- привлечение внимания учащихся, семьи, школы, общественности к организации правильного питания.

Формы и методы внеурочной деятельности.

Проведение:

- интегрированных уроков по правильному питанию (окружающий мир, литературное чтение, ИЗО, ОЗОЖ);
- внеклассных занятий по правильному питанию;
- праздников;
- бесед;
- классных часов;
- однодневных походов в природу;
- родительских собраний, круглых столов, семинаров;
- в рамках проектной деятельности;
- конкурсов рисунков и плакатов на тему правильного питания и здорового образа жизни;
- выпуска газет, информационных буклетов.

Содержание программы

Разнообразие питания (6 ч)

Из чего состоит наша пища. Что нужно есть в разное время года. Как правильно питаться, если занимаешься спортом. Что надо есть, если хочешь стать сильнее. Самые полезные продукты. Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты. Где найти витамины весной? Каждому овощу своё

время. Особенности национальной кухни. Конкурс проектов «Витаминная семейка». Малоизвестные и редко используемые овощи и овощная зелень. Витамины. Сезонные гиповитаминозы и их профилактика. Викторина «Чипполино и его друзья».

Гигиена питания и приготовление пищи (8 ч)

Гигиена школьника. Здоровье – это здорово! Где и как готовят пищу. Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен. Продукты быстрого приготовления. Всё ли полезно, что в рот полезло. Всегда ли нужно верить рекламе? Вредные и полезные привычки в питании. Неполученные продукты: сладости, чипсы, напитки, торты. Полезные напитки. Ты – покупатель.

Рацион питания, продукты питания (18 ч)

Молоко и молочные продукты. Блюда из зерна. Какую пищу можно найти в лесу. Что и как приготовить из рыбы. Дары моря. Плох обед, если хлеба нет. Из чего варят кашу, и как сделать кашу вкуснее. Если хочется пить. Значение жидкости для организма человека. Бабушкины рецепты. Хлеб всему голова. Мясо и мясные блюда. Вкусные и полезные угощения. Составляем меню на день.

Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволит подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание.

Тематическое планирование

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Разнообразие питания	6
2	Гигиена питания и приготовление пищи	8
3	Рацион питания, продукты питания	18
4	Итоговое занятие	2

	Итого	34
--	-------	----

Календарно- тематическое планирование

№ п\п	Тема	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1	1 четверть – 8 часов Вводное занятие	1	05.09.2024	
2	Если хочешь быть здоров	2	12.09.2024	
3			19.09.2024	
4	Самые полезные продукты Экскурсия в продуктовый магазин.	2	26.09.2024	
5			03.10.2024	
6	Динамическая игра «Поезд». Тест «Самые полезные продукты»	2	10.10.2024	
7			17.10.2024	
8	Удивительные превращения пирожка 2 четверть – 8 часов	2	24.10.2024	
9			07.11.2024	
10	Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной	2	14.11.2024	
11			21.11.2024	
12	Плох обед, если хлеба нет	2	28.11.2024	
13			05.12.2024	
14	Полдник. Время есть булочки	2	12.12.2024	
15			19.12.2024	

16	Пора ужинать 3 четверть – 11 часов	2		
17	Пора ужинать		26.12.2024 16.01.2025	
18	На вкус и цвет товарищей нет	2		
19			23.01.2025 30.01.2025	
20	Если хочется пить...(что такое жажда)	2		
21			06.02.2025 13.02.2025	
22	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	2		
23			20.02.2025 27.02.2025	
24	Где найти витамины весной?	2		
25			06.03.2025 13.03.2025	
26	Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты 4 четверть – 8 часов	2		
27			20.03.2025 03.04.2025	
28	Каждому овощу своё время	2		
29			10.04.2025 17.04.2025	
30	День рождения Зелибобы	2		
31			24.04.2025	
32	Режим питания Экскурсия в школьную столовую.	1		
33	Проект « Моё любимое блюдо»	1		
34	Заключительное занятие	1		
			22.05.2025	

