

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №23 ИМЕНИ ПЕТРА АНДРЕЕВИЧА АКИНФИЕВА
ГОРОДА ДИМИТРОВГРАДА УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

Волкова Е.А.

« 29 » 08 2024 г.

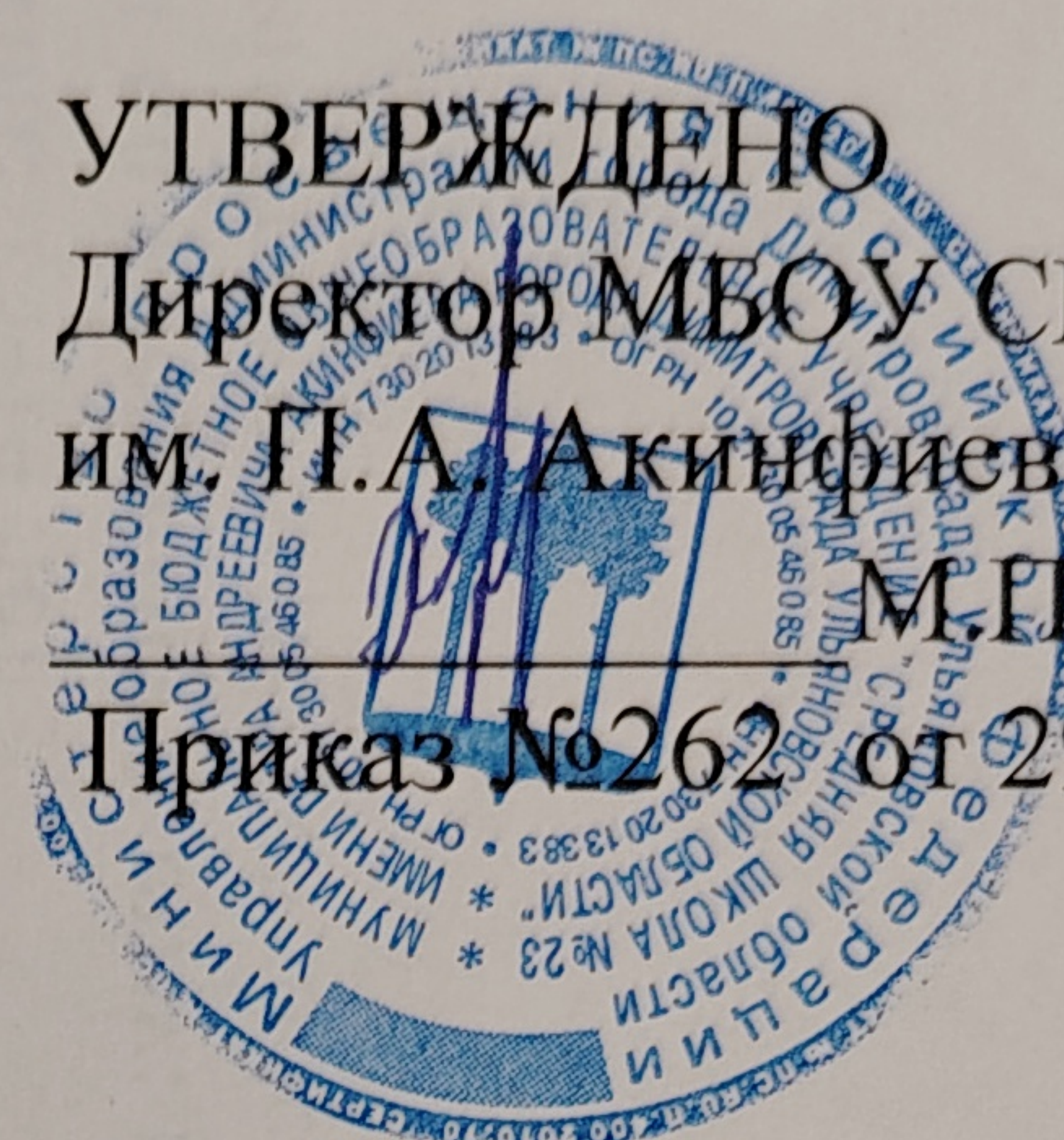
УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СШ №23

им. П.А. Акинфиева

М.П. Хуртина

Приказ №262 от 29.08.2024 г.



Приложение к основной образовательной программе НОО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Витаминка», 2 класс

Тип программы: образовательная программа внеурочной деятельности

Направление: «Учение с увлечением»

Срок реализации: 2024-2025 год

Количество часов по учебному плану: всего 34 часа в год; в неделю 1 час

Возраст участников: 8-9 лет

Составитель учитель начальных классов Кузина А.Н.

Цель программы: формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Место курса в плане внеурочной деятельности: учебный курс предназначен для обучающихся 2-х классов; рассчитан на 1 час в неделю, всего 34 часа в год.

Содержание курса внеурочной деятельности

Разнообразие питания

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. Малоизвестные и редко используемые овощи и овощная зелень. Витамины.

Гигиена питания и приготовление пищи

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. Неполезные продукты: сладости, чипсы, напитки, торты. Полезные напитки. Ты – покупатель.

Этикет

Правила поведения в столовой. Как правильно накрыть стол. Предметы сервировки стола. Как правильно вести себя за столом. Как правильно есть. На вкус и цвет товарищей нет! Кухни разных народов. Как питались на Руси и в России? За что мы скажем поварам спасибо. Необычное кулинарное путешествие. Правила поведения в гостях. Когда человек начал пользоваться ножом и вилок.

Рацион питания

Молоко и молочные продукты. Блюда из зерна. Какую пищу можно 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.

Из истории русской кухни

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности Личностными результатами обучающихся являются:

- умение определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- умение использовать знания в повседневной жизни;
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, делать выбор (при поддержке других участников группы и педагога), как поступит;
- умение проявлять инициативу и самостоятельность на занятиях;
- познавательный интерес к основам культуры питания.

Метапредметными результатами обучающихся являются: *Регулятивные:*

- умение проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение адекватно оценивать правильность выполнения действия (под руководством учителя) и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

Познавательные:

- умение узнавать изученные объекты и явления живой природы;
- умение использовать различные справочные материалы (словарь, определитель растений и животных на основе иллюстраций, в том числе и компьютерные издания) для поиска необходимой информации;
- умение обнаруживать простейшие взаимосвязи в живой и неживой природе; умение использовать их для объяснения необходимости здорового питания.

Коммуникативные:

- умение планировать в сотрудничестве с учителем и одноклассниками свою деятельность;
- умение формулировать собственное мнение и позицию;
- умение строить простейшие монологические высказывания;
- умение задавать вопросы;- умение контролировать действия партнёров при работе в группах и парах, оказывать необходимую взаимопомощь.

Предметными результатами

- сформировать представления о режиме дня, режиме питания, гигиенических требованиях и нормах, их значении для сохранения и укрепления здоровья; – сформировать представления о продуктах и блюдах ежедневного рациона, а также продуктах, которые следует употреблять нечасто и понемногу, познакомить с основными приемами пищи;
- дать представления о роли физической активности, закаливании как составляющих здорового образа жизни;
- познакомить с проблемами экологии и научить правилам раздельного сбора мусора;
- развивать навыки применения полученных знаний и умений в повседневной жизни

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Формы организации внеурочной деятельности	Кол-во часов	ЦОР/ЭОР
1.	Если хочешь быть здоров.	Беседа. Инструктаж по ТБ и ОТ	1ч	https://www.pravpit.ru/teachers/materials/modules
2.	Что нового в меню?	Экскурсия в столовую	1ч	
3-4	Самые полезные продукты.	Игра- викторина. Просмотр видеофрагмента	2ч	
5.	Всякому овощу – своё время.	Занятие	1ч	
6.	Как правильно есть.	Беседа-рассуждение	1ч	
7.	Удивительные превращения пирожка	Творческая мастерская.	1ч	
8.	Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной?	Исследовательская работа	1ч	
9.	Конкурс «Кашевар».	Конкурс	1ч	
10.	Плох обед, если хлеба нет.	Беседа – размышление.	1ч	
11.	«Праздник Хлеба».	Работа в группах. Выступления.	1ч	
12.	Полдник. Время есть булочки.	Проблемные ситуации	1ч	
13.	Виртуальная экскурсия на хлебозавод.	Виртуальная экскурсия	1ч	
14.	Пора ужинать.	Диспут	1ч	
15.	Где найти витамины весной?	Беседа – размышление	1ч	
16.	На вкус и цвет товарищей нет.	Круглый стол	1ч	
17.	Если хочется пить...	Интервьюирование	1ч	
18.	«Праздник чая».	Игра- викторина. Обсуждения	1ч	
19.	Что надо есть, если хочешь стать сильнее.	Беседа-рассуждение	1ч	
20.	«В гости доктор к нам пришёл!»	Ролевая игра	1ч	
21.	На вкус и цвет товарищей нет.	Выставка рисунков	1ч	
22.	Конкурс-викторина «Что за чудо пирожки?»	Конкурс-викторина	1ч	

23.	Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты.	Проектная деятельность	1ч	
24.	КВН «Овощи, ягоды и фрукты - полезные продукты».	КВН	1ч	
25.	Праздник «Ягоды и фрукты – самые вкусные “жители” леса и сада».	Ролевые игры	1ч	
26.	Праздник «Капустник».	Игра	1ч	
27.	Каждому овощу своё время.	Круглый стол	1ч	
28.	Конкурс-соревнование «Самый оригинальный овощной салат».	Конкурс-соревнование	1ч	
29.	Блиц-турнир «Каждому овощу – своё время».	Блиц-турнир	1ч	
30.	Конкурс творческих поделок.	Конкурс	1ч	
31.	Праздник урожая.	Игра	1ч	
32-33.	Конкурс семейных блюд.	Проект	2 ч	
34.	Итоговое занятие «Здоровое питание – отличное настроение»	Занятие	1 ч	