

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

**Муниципальное образование "Муниципальный округ Вавожский
район Удмуртской Республики"**

МОУ Новобиинская СОШ

РАССМОТРЕНО

Заседание
педагогического совета

Протокол №7
от «29» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

Шемякина В.Н.
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Морозова Е.В.
Приказ №260-ОД
от «29» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»

(социальное направление)

для обучающихся 2 класса

Составитель:

Старкова А.А.,

учитель начальных классов

д. Новая Бия, 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» составлена для учащихся 2 класса МОУ Новобиинская СОШ на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 373 от 06.10.2009 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями от 31.12.2015 года № 1576), положение об организации внеурочной деятельности обучающихся МОУ «Новобиинская СОШ».

Планируемые результаты

Личностными результатами изучения курса является формирование умений:

- 1) Определять и высказывать под руководством педагога самые простые этические нормы;
- 2) В предложенный педагогом ситуациях делать самостоятельный выбор.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий:

Регулятивные УУД:

- 1) Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- 2) Проговаривать последовательность действий;
- 3) Учиться высказывать своё предположение на основе работы с иллюстрацией;
- 4) Учиться работать по предложенному учителем плану;
- 5) Учиться отличать верно выполненное задание от неверного;
- 6) Учиться совместно с учителем и одноклассниками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

Познавательные УУД:

- 1) Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- 2) Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебном пособии, других источниках информации;
- 3) Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя;
- 4) Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы, сравнивать и группировать полученную информацию;
- 5) Преобразовывать информацию из одной формы в другую: на основе графических инструкций составлять словесные инструкции с последующим применением их в практической деятельности.

Коммуникативные УУД:

- 1) Донести свою позицию до остальных участников практической деятельности: оформлять свою мысль в устной речи;
- 2) Слушать и понимать речь других;
- 3) Читать и пересказывать текст;

- 4) Совместно договариваться о правилах общения и следовать им;
- 5) Учится выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Предметными результатами изучения курса являются формирование умений:

- 1) Описывать признаки предметов и узнавать по их признакам;
- 2) Выделять существенные признаки предметов;
- 3) Сравнивать между собой предметы, явления;
- 4) Обобщать, делать несложные выводы;
- 5) Определять последовательность действий.

Содержание курса

Разнообразие питания (5ч)

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

Этикет (8 ч)

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 вилкой. Вкусные традиции моей семьи.

Рацион питания (5ч)

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 (4ч)

Изготовление книжек и проектов.

Знания, умения, навыки, которые формирует данная программа у младших школьников:

Во 2 – м классе:

- знание о структуре ежедневного рациона питания;
- навыки по соблюдению и выполнению гигиены питания;
- умение самостоятельно ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания.

Программа рассчитана на 1 час в неделю, что составляет в общем количестве 34 часа.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Название темы	Кол-во часов	Примечание
1	Разнообразие питания (5ч)	Вводное занятие. Повторение правил питания.	1	
2		Путешествие по улице правильного питания.	1	
3		Время есть булочки.	1	
4		Оформление плаката молоко и молочные продукты.	1	
5		Конкурс, викторина знатоки молока.	1	
6	Гигиена питания и приготовление пищи (12 ч)	Изготовление книжки-самodelки «Кладовая народной мудрости».	1	
7		Пора ужинать.	1	
8		Практическая работа как приготовить бутерброды.	1	
9		Составление меню для ужина.	1	
10		Значение витаминов в жизни человека.	1	
11		Практическая работа.	1	
12		Морепродукты.	1	
13		Отгадай мелодию.	1	
14		«На вкус и цвет товарища нет».	1	
15		Практическая работа «Из чего приготовлен сок?».	1	
16	Как утолить жажду.	1		
17	Игра «Посещение музея воды».	1		
18	Этикет (8 ч)	Праздник чая.	1	
19		Что надо есть, что бы стать сильнее.	1	
20		Практическая работа « Меню спортсмена».	1	
21		Практическая работа «	1	

		Мой день».		
22		Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты.	1	
23		Практическая работа «Изготовление витаминного салата».	1	
24		КВН «Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты».	1	
25		Оформление плаката «Витаминная страна».	1	
26	Рацион питания (5ч)	Посадка лука.	1	
27		Каждому овощу свое время.	1	
28		Инсценирование сказки вершки и корешки.	1	
29		Конкурс «Овощной ресторан».	1	
30		Изготовление книжки «Витаминная азбука».	1	
31	Из истории русской кухни (4ч)	Проект.	1	
32		Проект.	1	
33		Подведение итогов. Творческий отчет «Реклама овощей».	1	
34		Подведение итогов.	1	

Критерии оценивания

Проектная деятельность предусматривает защиту проектов в течении учебного года и защиту итоговых проектов в конце учебного года.

«Зачет» - за качественное выступление, которое включает объем, глубину знаний по выбранной теме, наглядность, умение отвечать на вопросы, культуру речи выступающего;

- за выступление с небольшими недочетами (мало наглядности, не всегда знает ответ на вопрос). Работа не оценивается, если материал проекта не соответствует заданной теме, требованиям по выполнению проекта.

«Не зачет» - если материал проекта не соответствует заданной теме, раскрыт поверхностно, требования по выполнению проекта не выполнены