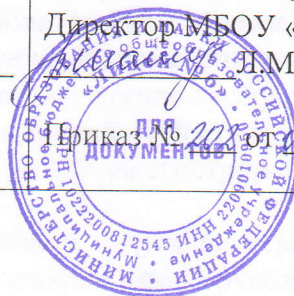


АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА РУБЦОВСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛИЦЕЙ № 6»

Рассмотрено на заседании кафедры учителей начальных классов Протокол № 1 от 28.08. 2017 Рук.кафедрой <u>Понамарёва Н.А.</u> Понамарёва Н.А.	Согласовано Зам.директора по УВР <u>Понамарёва Н.А.</u> Понамарёва Н.А.	Утверждаю Директор МБОУ «Лицей №6» И.М.Шапилова Приказ № 208 от 29.08.2017 г.
--	--	--



Рабочая программа
начального общего образования
по факультативному курсу «Разговор о правильном питании»
2 «А» класс
на 2017 - 2018 учебный год

Составитель: Свинина Софья Сергеевна,
учитель начальных классов

Рубцовск, 2017

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по факультативному курсу «Разговор о правильном питании» для 1 – 4 классов составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373 (с последующими изменениями)
2. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 г., рег. № 19993);
3. Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Лицей №6»
4. Годового календарного учебного графика
5. Учебного плана МБОУ «Лицей № 6».
6. Положения о рабочей программе по внеурочной деятельности;
7. Образовательной программы разработанной специалистами Института возрастной физиологии Российской академии образования под руководством М.М. Безруких, директора этого института, академика РАО и методического пособия для учителей/ Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011.

Рабочая программа составлена для 2 класса общеобразовательной школы.

Особенности класса

В классе 25 учеников, темп работы класса высокий. Многие ученики класса стремятся к лидерству. Между некоторыми детьми наблюдается соперничество, желание быть первым. В этом возрасте дети учатся договариваться, уступать друг другу, распределять задания без помощи взрослых.

Количество часов отводимых на изучение курса

Программа «Разговор о правильном питании» рассчитана на проведение 0,5 часа в неделю. Годовой календарный учебный график предполагает проведение 17 часов. Изменения в авторскую программу не внесены.

Цель и задачи

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

Реализация программы предполагает решение следующих **образовательных и воспитательных задач:**

- формирование и развитие представления детей о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;

- развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Курс «Разговор о правильном питании» предполагает активное участие и максимальное вовлечение детей начальных классов в поисковую работу, в отработку знаний, навыков в определении продуктов правильного питания, понятий о витаминном составе продуктов, целесообразности трёхразового полноценного питания, расширение представлений о многообразии фруктов и овощей своего региона.

Факультативный курс носит интерактивный характер, стимулирующий непосредственное участие школьников в процессе обучения, пробуждающий интерес и желание соблюдать правила питания и заботиться о собственном здоровье. Для организации процесса обучения используются различные типы игр (ролевые, ситуационные), создание проектов, проведение мини-тренингов, дискуссий. Большое значение уделяется самостоятельной творческой деятельности школьников (поиску новой информации, подготовке заданий и т.д.).

Одно из важнейших условий эффективного проведения курса — поддержка родителей. Поэтому в «Разговоре о правильном питании» часть заданий ориентирована на совместную деятельность детей и взрослых. Родители также участвуют в подготовке и проведении различных мероприятий — праздников, конкурсов, викторин.

В ходе изучения курса используются разнообразные формы и методы, обеспечивающие непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующие их интерес к изучаемому материалу, дающие возможность проявить свои творческие способности. Содержание программы, а также используемые формы и методы её реализации носят игровой характер, развивают познавательный интерес к проблеме питания и формирования ЗОЖ, что наиболее соответствует возрастным особенностям детей, обеспечивает условия для активного включения их в процесс обучения и стимулирует активное присвоение предъявляемых ценностных нормативов и навыков. Поскольку игра является ведущей деятельностью для младших школьников, то и игровые методы являются основой организации обучения по программе. Можно выделить несколько типов игр, комбинация которых обеспечит эффективность процесса обучения: сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра.

Формы работы:

- Групповая работа. Работа в парах (сюжетно-ролевые игры, игры с правилами, образно-ролевые игры, дискуссии).
- Фронтальная работа — это работа со всеми учащимися. Учитель предлагает беседу, рассказ, историю, чтение статей, информационный материал. Такая форма работы требует устойчивого внимания и заинтересованность учащихся.
- Индивидуальная работа — большое значение имеет для обработки практических навыков и умений, ответы на вопросы анкеты, проблемные задания, выполнение санитарно-гигиенических требований.

Методы:

- Репродуктивный — (беседа, вопросы, тесты, анкетирование).
- Проблемный
- Частично-поисковый — (творческие задания: Режим для моей семьи. Любимые блюда мамы. Чем тебя накормит лес).
- Объяснительно-иллюстративный.

Формы контроля

Проверка усвоения программы проводится в форме анкетирования, тестирования, выполнения творческих заданий.

Подведение итогов реализации программы проводится в виде выставок работ учащихся, праздников, игр, викторин. В том числе:

- оформление выставок работ учащихся в классе, школе;
- оформление выставки фотографий «Мы – за здоровое питание»

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

При умелом проведении интегрированных занятий, целесообразном планировании тем трудовой и изобразительной деятельности кружка, использовании доступного, известного с детства материала можно добиться определённых результатов.

Личностными результатами изучения курса является формирование умений:

- Определять и высказывать под руководством педагога самые простые этические нормы;
- В предложенной педагогом ситуации делать самостоятельный выбор.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий:

Регулятивные УУД:

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

Познавательные УУД:

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

Коммуникативные УУД:

- Донести свою позицию до остальных участников практической деятельности: оформлять свою мысль в устной речи
- Слушать и понимать речь других
- Читать и пересказывать текст
- Совместно договариваться о правилах общения и следовать им
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика)

Предметными результатами изучения курса являются формирование умений:

- Описывать признаки предметов и узнавать по их признакам
- Выделять существенные признаки предметов
- Сравнивать между собой предметы, явления
- Обобщать, делать несложные выводы
- Определять последовательность действий

Содержание программы внеурочной деятельности

Тема 1. Если хочешь быть здоровым (1 час)

Знакомство с героями программы. Изготовление поделок из природного материала.

Тема 2. Самые полезные продукты (1 час)

Продукты полезные и вредные. Продукты, которые необходимы каждый день.

Тема 3. Как правильно есть. (1 час)

Гигиена питания. Режим питания.

Тема 4. Удивительное превращение пирожка (1 час)

Соблюдение режима питания. Типовой режим питания школьников.

Тема 5. Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной (1 час)

Ежедневное меню. О кашах.

Тема 6. Плох обед, если хлеба нет (1 час)

О хлебе и его качествах.

Тема 7. Время есть булочки (1 час)

О пользе молока и молочных продуктов.

Тема 8. Пора ужинать (1 час)

Продукты, которые нужно или не нужно есть на ужин.

Тема 9. Где найти витамины весной (1 час)

Значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека

Тема 10. Как утолить жажду (1 час)

Вода — важнейшая составная часть человеческого организма.

Значении жидкости для организма человека, ценности разнообразных напитков.

Тема 11. Что надо есть, если хочешь стать сильнее (1 час)

Высококалорийные продукты питания. О связи рациона питания и образа жизни человека.

Тема 12. На вкус и цвет товарищей нет (1 час)

О разнообразии вкусовых свойств различных продуктов питания. Распознавания вкусовых качеств наиболее употребительных продуктов.

Тема 13. Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты (2 часа)

Ягоды, фрукты и овощи — основные источники витаминов и минеральных веществ. Разнообразие фруктов, ягод.

Тема 14. Каждому овощу своё время (1 час)

Разнообразие овощей. Полезные свойства овощей.

Тема 15. Каждому овощу своё время (2 часа)

Законы здорового питания. Полезные блюда для праздничного стола.

Описание материально-технического и учебно-методического обеспечения

- компьютер,
- принтер,
- сканер,
- мультимедиапроектор;
- интерактивная доска

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие для учителя.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2010,79с.
2. Безруких М.М. Разговор о здоровье и правильном питании: Рабочая тетрадь / М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2015.

Календарно-тематическое планирование по факультативному курсу «Разговор о правильном питании»

на 2017-2018 учебный год 2 класс

№	Тема	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
Разнообразие питания (3 ч)				
1	Вводное занятие. Если хочешь быть здоров. Правила питания.	1	02.09	
2	Из чего состоит наша пища. Путешествие по улице правильного питания.	1	09.09	
3	Полезные и вредные продукты. Время есть булочки.	1	16.09	
Гигиена питания и приготовления пищи (8ч)				
4	Удивительные превращения пирожка. Изготовление книжки-самodelки «Кладовая народной мудрости»	1	23.09	
5	Плох обед, коли хлеба нет. Составление меню для ужина.	1	30.09	
6	Полдник.	1	07.10	
7	Время есть булочки. Морепродукты.	1	14.10	
8	Пора ужинать. Отгадай мелодию.	1	21.10	
9	Почему полезно есть рыбу. «На вкус и цвет товарища нет»	1	28.10	
10	Мясо и мясные блюда. Практическая работа «Из чего приготовлен сок?»	1	11.11	
11	Где найти витамины весной. Как утолить жажду	1	18.11	
Этикет (2ч)				
12	Как правильно накрыть стол. Что надо есть, что бы стать сильнее	1	25.11	
13	Когда человек начал пользоваться ножом и вилкой. Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты	1	02.12	
Рацион питания (3ч)				
14	Посадка лука.	1	09.12	
15	Каждому овощу свое время.	1	16.12	
16	Инсценирование сказки вершки и корешки	1	22.12	
Из истории русской кухни (1ч)				
17	Проект «Что готовили наши прабабушки».	1	23.12	

