

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОЛЬЯТТИ
«ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 10»**

РАССМОТРЕНО:

Кафедра учителей начальных
классов
Протокол № 1 от 29.08.16

СОГЛАСОВАНО:

Педагогический совет
Протокол № 1 от 30.08.16

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБУ «Школа №10»
Е.А. Жилкина

Приказ № 467 от 2.09.16



**Спортивно-оздоровительное направление
Рабочая программа по внеурочной деятельности
«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»
1 час в неделю(34 часа в год- 2 класс)**

Разработчик:

Иваева С.А., Белая Н.И., Смьшляева Т.М.,
учителя начальных классов, высшей категории,
Былинина Т.Г., Яковлева Е.В.
учителя начальных классов первой категории

Пояснительная записка

Данная программа предназначена для учащихся 1-4-ых классов.

Цель программы «Разговор о правильном питании» - «Сформировать у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья».

В программе дано примерное планирование занятий, определены цели каждого занятия, научно-методическое обоснование, возможные формы организации занятий, интересные сведения, которые могут быть сообщены детям. В программе использовались материалы конкурсных работ учителей, принимавших участие в реализации программы. Максимально учитывались возрастные особенности и возможности ребенка. При этом обучение строится как игра, позволяющая проявить ребятам свою активность.

Значение имеет и учёт традиций питания – все рекомендуемые в программе блюда и правила питания являются традиционными для российской кухни.

Программа предполагает активное вовлечение в работу родителей. Как показывают исследования специалистов, только 20% родителей знакомы с основными принципами организации здорового питания детей. Несмотря на то, что практически все родители сталкиваются с проблемами в организации питания детей (нежелание ребенка завтракать перед школой, привычка есть всухомятку, нежелание есть супы, есть горячий завтрак – кашу) далеко не все родители считают необходимым рассказывать детям о важности правильного питания. Поэтому непосредственной работе по программе должна предшествовать работа с родителями. Это может быть беседа, в которой раскрываются цели и задачи данной программы, её тематика. Основная задача педагога – сделать родителей своими союзниками. Для этого можно провести анкетирование. Анализ ответов родителей поможет педагогу правильно организовать совместную работу по реализации программы.

При реализации программы педагогу следует учитывать следующее:

-не следует усложнять содержание тем, представленных в рабочих тетрадях, за счёт информационных материалов, приведенных в методическом пособии для педагогов. Нецелесообразно знакомство ребенка с информацией, носящий частный, детализированный характер (например, содержание конкретных витаминов в продуктах питания).

-при организации занятий у каждого ребенка должна быть своя рабочая тетрадь, в которой он мог бы выполнить задания. Не допускается использование одной рабочей тетради несколькими учащимися.

-срок реализации программы – четыре года.

Программа предполагает использование разнообразных форм проведения занятий в зависимости от возраста и возможностей детей. Поскольку игра является ведущей деятельностью для младших школьников, то и игровые методы должны быть основой организации обучения по программе.

Можно выделить несколько типов игр, комбинации которых обеспечат эффективность процесса обучения:

- сюжетно ролевая игра,
- игра с правилами,
- образно-ролевая игра.

Содержание, формы уроков, планируемые результаты и методы их достижения представлены в развернутом тематическом планировании.

Тематическое планирование

2 класс

№ п.п.	Название темы	Кол-во часов
1-2	Если хочешь быть здоров	2
3-4	Самые полезные продукты	2
5-6	Как правильно есть	2
7-8	Удивительные превращения пирожка	2
9-10	Чеснок и лук – лекарство от семи недугов	2
11-12	Из чего варят каши, и как сделать кашу вкусной	2
13-14	Плох обед, если хлеба нет	2
15-16	Полдник. Время есть булочки	2
17-18	Пора ужинать	2
19-20	Где найти витамины весной	2
21-22	Как утолить жажду	2
23-24	Польза и вред сладкого	2
25-26	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	2
27-28	На вкус и цвет товарищей нет	2
29-30	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	2
31-32	Каждому овощу – своё время	2
33	Праздник урожая	1
34	Резервный урок. Проект «Моё меню».	1

3 КЛАСС

№ п.п.	Название темы	Кол-во часов
1	Давайте познакомимся	1
2-4	Из чего состоит наша пища	3
5-7	Что нужно есть в разное время года	3
8-9	Как правильно питаться, если занимаешься спортом	2
10-12	Где и как готовят пищу	3
13-14	Как правильно накрыть стол	2
15-17	Молоко и молочные продукты	3
18-19	Блюда из зерна	2
20-22	Какую пищу можно найти в лесу	3
23-25	Что и как можно приготовить из рыбы	3
26-28	Дары моря	3
29-30	«Кулинарное путешествие» по России	2
31-32	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен	2
33-34	Как правильно вести себя за столом	2