

1. Пояснительная записка

Календарно – тематическое планирование внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» для 1А класса разработано *в соответствии* с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования 2009 года, *на основе* программы «Разговор о правильном питании» Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. – м. ОЛМА Медиа Групп 2009г.

Программа внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» оздоровительного направления.

Цели и задачи программы

Цель: формирование у детей основ культуры питания, как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- формирование и развитие представления у детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье.
- формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми практических навыков рационального питания;
- формирование навыков правильного питания, как составной части здорового образа жизни;
- формирование представления о правилах этикета, связанных с питанием осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора у детей, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков у школьников, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Описание места внеурочной деятельности в учебном плане

Авторской программой «Разговор о правильном питании» Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. предусмотрено в 1 классе 0,5 часа в учебную неделю, всего 7 часов.

План внеурочной деятельности МБОУ «Ровеньская средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов» на 2016 - 2017 учебный год отводит для занятий внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» обучающихся 1 класса 7

учебных часов, со второй четверти первого полугодия, 1 час в учебную неделю.

Календарным учебным графиком МБОУ «Ровеньская средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов» установлено в 1 классе 7 учебных недель во второй четверти первого полугодия.

Данное календарно – тематическое планирование внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» для 1А класса рассчитано на 7 часов в учебном году, со второй четверти первого полугодия, 1 час в учебную неделю.

Данное календарно – тематическое планирование внеурочных занятий для 1 класса «Разговор о правильном питании» полностью реализует авторскую программу Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. «Разговор о правильном питании».

Формы и методы обучения

Для выполнения задач формирования правильного питания необходимо довести до сведения каждого ребенка важность соблюдения режима питания.

Основными формами реализации программы являются игровая деятельность, что наиболее соответствует возрастным особенностям детей и проектно-исследовательская работа.

Программа имеет большую практическую направленность.

В качестве организации занятий в программу внесены различные формы: экскурсии, наблюдение, сюжетно-ролевые игры, игры по правилам, мини проекты, совместная работа с родителями, групповые дискуссии, мозговой штурм.

Основные методы обучения: исследовательский, объяснительно-иллюстративный, практический, поисковый.

Предполагаемые результаты 1-го года обучения.

Ученики должны знать:

- полезные продукты;
- правила этикета;
- роль правильного питания в здоровом образе жизни.

После первого года обучения ученики должны уметь:

- соблюдать режим дня
- выполнять правила правильного питания;
- выбирать в рацион питания полезные

2. Учебно-тематический план «Разговор о правильном питании»

№ пп	Название разделов и тем	теория	практика
1.	Если хочешь быть здоров	0,5	0,5
2.	Самые полезные продукты	0,5	0,5
3.	Как правильно есть(гигиена питания)	0,5	0,5
4	Удивительные превращения пирожка	0,5	0,5
5.	Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной	0,5	0,5
6.	Плох обед, если хлеба нет	0,5	0,5
7.	Полдник. Время есть булочки	0,5	0,5
Итого		3,5	3,5
Всего		33	

3. Календарно – тематическое планирование

№ пп	Название разделов и тем	Дата план	Дата факт	Воспитательная работа
1.	Если хочешь быть здоров	08.11		Формирование и развитие представления у детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей
2.	Самые полезные продукты	15.11		Формирование готовности заботиться и укреплять своё здоровье
3.	Как правильно есть (гигиена питания)	22.11		Формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, а также готовности их соблюдать
4.	Удивительные превращения пирожка	29.11		Формирование и развитие представления у детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей Формирование готовности заботиться и укреплять своё здоровье
5.	Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной	06.12		Формирование готовности заботиться и укреплять своё здоровье
6.	Плох обед, если хлеба нет	13.12		Формирование и развитие представления у детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей
7.	Время есть булочки	20.12		Освоение детьми практических навыков рационального питания

Методическое обеспечение программы « Разговор о правильном питании»

Список литературы для учителя:

- 1.Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009,79с.
- 2.Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья/ Методическое пособие. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009, 79с
- 3.Верзилин Н. Путешествие с домашними растениями.-Л., 1974,200с
- 4.Кондова С.Н.Что готовить, когда мамы нет дома М., 1990,185с
- 5.Ладодо К.С Продукты и блюда в детском питании. М.,1991,190с
- 6.Похлёбкин В.В. История важнейших пищевых продуктов.М., 2000, 350с
- 7.Справочник по детской диетике. М.1977., 340 с.
- 8.Этикет и сервировка праздничного стола. М., 2002.400с

Список литературы, для детей.

- 1.Верзилин.Н По следам Робинзона Л. 1974,254с
- 2 Верзилин.Н Путешествие с комнатными растениямиЛ., 1974,254с
- 3Кондова С. Н. Что готовить, когда мамы нет дома. М.,1990, 185 стр.
- 4.Огуреева Г.Н. Краткий атлас – справочник грибника и ягодника.М., Издательство АСТ, 2001с.