

Рассмотрено на заседании ПК
учителей-предметников
Протокол от 30.08.2023г. № 1

Утверждено приказом от
31.08.2023г. № 72

**Рабочая программа предмета школьного компонента
«Острова здорового питания»
9 год обучения
2023 - 2024 учебный год**

Разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2)

Иванова Наталья Николаевна, учитель
(Ф.И.О. педагога, должность)

Всего часов 66, в неделю 2 часа

I четверть 15 часов
II четверть 16 часов
III четверть 22 часа
IV четверть 13 часов

I полугодие 31 час
II полугодие 35 часов

г. Бодайбо, 2023 г.

Пояснительная записка

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время наблюдается увеличение числа больных детей по стране, по региону. Необходимо формировать ЗОЖ, начиная с раннего возраста.

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.

Программа построена на основе следующих принципов:

- доступности (учет возрастных и индивидуальных особенностей познавательной деятельности детей младшего школьного возраста);
- наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- научности (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- демократичности (взаимодействие педагога и ученика в социуме);
- актуализации знаний и умений (учебные ситуации предлагаются с точки зрения потребностей младших школьников);
- деятельностной основы процесса обучения (удовлетворение потребности детей данного возраста в игре и эмоционально-наглядной опоре).

Новизна программы заключается в учёте традиций питания, активном вовлечении в работу родителей.

Содержание программы

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 обучающимися. 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.

Разделы

Разнообразие питания.

Гигиена питания и приготовление пищи.

Этикет.

Планируемые предметными результатами

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.

Календарно-тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

п/п	Тема занятия	Основные виды деятельности	Дата
I четверть – 15 часов			
1-2	Если хочешь быть здоров	Экскурсия на кухню в школьной столовой . Ролевые игры. Конкурс «Сказка, сказка, сказка».	06.09 07.09
3-4	Из чего состоит наша пища	Игры, конкурсы, викторины.	13.09- 14.09 20.09 21.09
5-6	Полезные и вредные привычки		
7-9	Самые полезные продукты	Работа в тетрадях, сюжетно-ролевые игры, экскурсии в магазин.	27.09 28.09 04.10
10-11	Как правильно есть(гигиена питания)	Работа в тетрадях, оформление плаката с правилами питания.	11.10 12.10
12-13	Удивительное превращение пирожка	Сюжетно-ролевая игра, соревнование, тест, демонстрация удивительного превращения пирожка	18.10 19.10
14-15	Твой режим питания	Составление правил соблюдения гигиены питания	25.10 26.10
II четверть – 16 часов			
1-2	Из чего варят каши	Игры, конкурсы, викторины. Составление меню завтрака.	08.11 09.11 15.11 16.11
3-4	Как сделать кашу вкусной		
5-6	Плох обед, коли хлеба нет	Игры, викторины, конкурсы. Составление меню обеда.	22.11 23.11 29.11 30.11
7-8	Хлеб всему голова		
9-10	Полдник	Ролевые игры. Конкурс «Хлебопеки». Праздник «Хлеб всему голова».	06.12 07.12 13.12 14.12
11-12	Время есть булочки		

13-14	Пора ужинать	Игры, конкурсы, викторины. Составление меню обеда.	20.12
15-16			21.12 27.12 28.12
III четверть – 22 часа			
1-2	Почему полезно есть рыбу	« Рыбное меню» Конкурс рисунков «В подводном царстве» Конкурс пословиц и поговорок»	10.01
3-4	Мясо и мясные блюда		11.01
5-6	Где найти витамины зимой и весной		17.01
7-8	Всякому овощу – свое время		18.01
9-10	Как утолить жажду		24.01
			25.01
11-14	Что надо есть – если хочешь стать сильнее	Оформление дневника здоровья. Составление меню. Оформление стенгазеты «Из чего состоит наша пицца».	31.01 01.02 07.02 08.02
15-16	На вкус и цвет товарищей нет	Практическая работа по определению вкуса продуктов. Ролевые игры	14.02 15.02 21.02 22.02
17-19	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты.	Практическая работа по определению вкуса продуктов. Ролевые игры	28.02 29.02
20-22	Каждому овощу – свое время.	КВН «Овощи, ягоды, фрукты самые витаминные продукты». Каждому овощу свое время. Ролевые игры.	06.03 07.03 13.03
IV четверть – 13 час			
1-2	Народные праздники, их меню.	Ролевые игры. Составление меню. Конкурс кулинаров. Ролевые игры. Конкурс «Салфеточка».	14.03 20.03 21.03
3-4	Как правильно накрыть стол.		03.04 04.04
5-6	Когда человек начал пользоваться вилок и ножом.		10.04 11.04 17.04 18.04

7-8	Щи да каша – пища наша.	Ролевые игры.	24.04
9	Что готовили наши прабабушки.		25.04 08.05
10-12	Итоговое занятие «Здоровое питание – отличное настроение».	Конкурсы, ролевые игры.	15.05 16.05 22.05
13	Праздник урожая.		23.05