**Тематическое планирование и планируемые результаты**

**Программы «Разговор о правильном питании»**

**2 класс (34 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Кол**-**во часов** | **Тема занятия** | **Планируемые предметные результаты и УУД** | **Форма проведения и используемые литературные произведения.** |
| **1** | **Давайте познакомимся** | **Метапредметные:** знакомство с новым пособием и понятием «здоровый образ жизни» | Урок - введение в новый  материал. Рассматривание рисунков и составление рассказов по рисункам. |
| **2** | **Если хочешь быть здоров** | **Предметные:** представление о ценности здоровья, значении правильного питания, представление детей о здоровом образе жизни | Чтение и обсуждение пословиц, рисование любимых продуктов и блюд, рассматривание и обсуждение картин. |
| **3** | **Любимые игры на свежем воздухе** | **Предметные:** представление об основных компонентах  здорового образа жизни: правильном питании, прогулках и  играх на свежем воздухе.  **Личностные:** работать индивидуально и в группе:  формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Урок –игра.  Чтение стихотворения о зарядке Г.Граубина и отрывков из сказки А. Милна «Вини-Пух и все-все-все».  Любимые игры детей с  мячом, скакалкой и другие. |
| **4** | **Полезные и вредные продукты** | **Предметные:** представление о вредных и полезных продуктах, которые продаются в магазине, их расположении в отделах.  **Личностные:** приобретение и совершенствование навыков самообслуживания. | Рассматривание и обсуждение рисунка.  Сюжетно-ролевые игры «Мы идем в магазин»и «Где купить нужные продукты».  Чтение и обсуждение басни И.С. Крылов «Ворона и лисица». |
| **5** | **Продукты зеленого,**  **желтого и красного стола** | **Предметные:** представление о продуктах, которые нужно есть часто и которые нужно есть иногда, формировать представление о том, какие продукты наиболее полезны для человека, формировать представление о необходимости ответственно относиться к своему здоровью и питанию | Сюжетно-ролевые игры «Разноцветные столы». Чтение и обсуждение отрывка из сказки Л. Кэррол «Алиса в стране чудес» |
| **6** | **Ты идешь в гости** | **Предметные:** представление об основных правилах поведения в гостях за столом, важности их соблюдения, основные  навыки, связанные с приобретение и  совершенствование навыков самообслуживания. | Тест «Полезные и вредные продукты»  Просмотр и обсуждение мультфильма  «Винни - Пух идет в гости». |
| **7** | **Удивительные превращения пирожка** | **Предметные:** представление об основных правилах гигиены питания, важности их соблюдения, о роли регулярного питания для здоровья, об основных требованиях к режиму питания, основные гигиенические навыки, связанные с питанием. **Личностные:** приобретение и совершенствование навыков самообслуживания. | Рассматривание и обсуждение рисунка. Составление режима питания  Чтение и обсуждение русских народных сказок: «Маша и медведь», «Гуси-лебеди», «Колосок» |
| **8** | **«Режим питания»** | **Предметные:** представление о роли регулярного питания  для здоровья, об основных требованиях к режиму питания,  совершенствование навыков  самообслуживания; | Дети вспоминают известные  им режимные моменты,  связанные с питанием,  знакомятся с понятием  «режим питания».  Командная игра с часами и  карточками режимных  моментов дня |
| **9** | **Как правильно есть.** | **Предметные:** представление о роли регулярного питания  для здоровья, об основных требованиях к режиму питания | Игры «Доскажи пословицу»,  игра-обсуждение «Законы  питания». |
| **10** | **Русская кухня.** | **Предметные:** знакомство с блюдами русской кухни, с традициями народа | Соревнование »Кто правильно покажет  время завтрака, обеда, ужина». Просмотр презентации «Русская кухня» |
| **11** | **Кто жить умеет по часам** | **Предметные:** представление о режиме дня, важности его соблюдения.  **Личностные:** соблюдение рационального режима дня. | Чтение и обсуждение пословиц, составление режима дня любимого литературного героя, Чтение и обсуждение стихотворение Т. Варламовой. |
| **12** | **Вместе весело гулять!** | **Предметные:** знакомство со значением движений, одного из компонентах здорового образа жизни, важности прогулок и игр на свежем воздухе. | Подвижные игры во время перемен (классики), во время прогулок (классики, игры с мячом и прыгалками). |
| **13** | **Из чего варят кашу** | **Предметные:** представление о видах круп, пути, который проходит зернышко, прежде чем превратиться в кашу. | Рассматривание и обсуждение рисунков. Чтение и обсуждение отрывков из сказки А.С. Пушкин «Сказка о попе и его работнике Балде» и Н. Носов «Незнайка на Луне». |
| **14** | **Как сделать кашу вкусной**  **«Украшаем кашу»** | **Предметные:** представление о продуктах, которыми можно  украсить кашу, о их вкусовых качествах, приобретение и  совершенствование навыков самообслуживания | Конкурс рисунков «Мой  завтрак». Праздник «Бабушкина каша». |
| **15** | **По страницам сказок**  **«Любимые блюда**  **сказочных героев»** | **Предметные:** представление о роли регулярного питания  для здоровья, об основных требованиях к режиму питания | Получают представление об  обеде как обязательном  дневном приеме пищи, его  структуре , вспоминают, чем  питались сказочные герои,  анализируют обед героев  (Робин-Бобин, Буратино, Кот  в Сапогах, Красная Шапочка (работа в группах) |
| **16** | **Плох обед, если хлеба нет** | **Предметные:** формируют представление об обеде как обязательном дневном приеме пищи, его структуре, пользе хлеба, знакомятся с новыми понятиями: «меню» и «десерт», узнают в какие игры можно играть после обеда  **Личностные**: приобретение и совершенствование навыков самообслуживания | Рассматривание и обсуждение рисунков  Составление меню обеда, рисование десерта.  Чтение и обсуждение русской народной сказки «Три медведя». Выставки (конкурсы) рисунков: «Самый вкусный суп» и «Любимые блюда сказочных героев». |
| **17** | **Время есть булочки.** | **Предметные:** формирование представления о полднике как возможном приеме пищи между обедом и ужином; знакомство с видами кондитерских изделий, знакомство со значением молока и молочных продуктов, разнообразии молочных продуктов. | Составление меню полдника, рисование молочных продуктов, придумывание загадки про молоко и молочные продукты Чтение и обсуждение русских народных сказок: «Маша и медведь», «Гуси-лебеди», «Колосок». |
| **18** | **Полдник – время есть**  **молочные продукты** | **Предметные:** знакомятся со значением молока и молочных  продуктов, узнают, что изготавливается из молока. **Личностные:** работать индивидуально и в группе:  формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение  находить общее решение | Викторина «что делают из  молока»,  По группам придумывают  меню полдника и обсуждают  их |
| **19** | **Пора ужинать** | **Предметные:** формируют представление об ужине  как основном приеме пищи вечером, составе ужина, времени приема пищи вечером, представление о роли регулярного питания для здоровья, об основных требованиях к режиму питания. | Рисование запеканки, составление меню ужина  Чтение и обсуждение русской народной сказки «Скатерть-самобранка». |
| **20** | **Проект «Меню для ужина»** | **Предметные:** представление о роли регулярного питания  для здоровья, об основных требованиях к режиму питания | Урок - защита проектов  меню  Дети в группах  придумывают и рисуют  меню ужина для разных  персонажей, затем  рассказывают о них |
| **21-25** | **Веселые старты в классах** «Самые сильные, смелые, ловкие» | **Предметные:** представление об основных компонентах здорового образа жизни: правильном питании, прогулках и играх на свежем воздухе, систематических занятиях физическими упражнениями и спортом, об их положительном влиянии на развитие и здоровье. | Соединить спортсменов, занимающихся разными видами спорта с предметами спортивного инвентаря.  Придумывание названия команд, эмблем игры.  Спортивная игра «Быстрые, сильные, ловкие». |
| **26-28** | **На вкус и цвет товарищей нет** | **Предметные:** дать представление о различных вкусовых ощущениях от разных  продуктов и блюд, показать, что разные продукты воспринимаются поразному дать представление о том, что несмотря на разные вкусовые предпочтения, каждому человеку необходимо разнообразное питание, в котором находятся все необходимые вещества. познакомить с понятием «бутерброд», его историей, видах бутербродов | Рассказы обучающихся: «Самые любимые блюда нашей семьи», «Мое любимое блюдо», «Самое  необычное блюдо, которое я пробовал»  Практическое занятие «Учимся делать бутерброды». Техники безопасности при работе с режущими предметами.  Русская народная сказка «Лиса и журавль». Обучающиеся определяют вкус продуктом, знакомятся с понятием «вкусовые ощущения», учатся определять в каком месте языка чувствуются вкусовые ощущения. |
| **29-30** | **Как утолить жажду «Что мы** **пьем?»** | **Предметные:**  познакомить с видами напитков, их вкусами, дать представление об основных правилах гигиены питания, важности их соблюдения, основные гигиенические навыки, связанные с питанием, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания; познакомить с видами напитков, развивать понимание необходимости в воде и других жидкостях для нашего организма. | Видео экскурсия в музей воды.  Дегустация различных напитков (чай, кофе, вода,  сок, молоко и т.д.)  П.П. Ершов «Конёк-горбунок» 3-я часть. |
| **31** | **Что помогает быть сильным и**  **ловким**  «Олимпийское путешествие» Викторина «Виды спорта»  Составляем «Меню спортсмена» | **Предметные:** представление об правильном питании, сформировать представление о связи рациона питания и занятий спортом, представление об основных компонентах здорового образа жизни, калорийности продуктов | Делают вывод об энергетических затратах спортсменов. Игры, ребусы, геометрические задания и т.д., соревнования. Конкурс рисунков «Меню спортсмена» по группам.  Чтение и обсуждение стихотворения К.И. Чуковского «Робин Бобин Барабек». |
| **32-33** | **Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты** | **Предметные:** познакомить с разнообразием фруктов, ягод, их полезными свойствами и значением для организма. | Составление салатов, отгадывание загадок, отгадывание кроссвордов «Сухофрукты» и «Овощи и фрукты».  А.С. Пушкин «Сказка о мертвой царевне и семи богатырях».  А. Линдгрен «Малыш и Карлсон» |
| **34** | **Подготовка и проведение «Праздника здоровья»** | **Предметные:** закрепить полученные знания о рациональном питании и здоровом образе жизни. | Заполнение дневника «Мои любимые продукты», рисование плаката и праздничного стола, Театрализованное представление «В гостях у Мухи-Цокотухи». |