

**Аннотация к рабочей программе
по внеурочной деятельности
«Основы здорового питания»
на 2020-2021 учебный год
2 «Б» класс**

1	Название курса	«Основы здорового питания»
2	Класс	2 «Б»
3	Количество часов	34 часа (1 час в неделю)
4	Срок реализации программы	2020 – 2021 учебный год
5	Цели и задачи учебной дисциплины	<p>Цель: формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового питания.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 укрепления здоровья, а также готовности соблюдать эти правила; • освоение детьми практических навыков рационального питания; • формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека; • информирование детей о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем.
6	Перечень основных разделов дисциплины	<p style="text-align: center;">Содержание курса</p> <p>Раздел 1. Если хочешь быть здоровым.</p> <p>Раздел 2. Самые полезные продукты. Продукты полезные и вредные. Продукты, которые необходимы каждый день. Правила хранения продуктов.</p> <p>Раздел 3. Как правильно есть. Гигиена питания. Режим питания. Понятие «рациональное питание».</p> <p>Раздел 4. Удивительное превращение пирожка. Соблюдение режима питания. Типовой режим питания школьников.</p> <p>Раздел 5. Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной. Ежедневное меню. О кашах. Правила приготовления каши.</p> <p>Раздел 6. Плох обед, если хлеба нет. О хлебе и его качествах. История хлеба. Полезный хлеб для здоровья.</p> <p>Раздел 7. Время есть булочки. Пищевая ценность молока и молочных продуктов.</p> <p>Раздел 8. Пора ужинать. Правильный выбор продуктов для ужина. Виды ужинов.</p> <p>Раздел 9. Где найти витамины весной. Значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека. Как сохранить витамины в овощах и фруктах.</p> <p>Раздел 10. Как утолить жажду.</p>

		<p>Вода — важнейшая составная часть человеческого организма. Значении жидкости для организма человека. О пользе сока и холодных фруктово-ягодных напитков.</p> <p>Раздел 11. Что надо есть, если хочешь стать сильнее. Высококалорийные продукты питания. О связи рациона питания и образа жизни человека. Меню спортсмена.</p> <p>Раздел 12. Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты. Ягоды, фрукты и овощи — основные источники витаминов и минеральных веществ, их значение для организма. Пищевая ценность яблок и груш. Непростая судьба абрикоса. Интересные истории фруктов.</p> <p>Раздел 13. Каждому овощу своё время. Как картофель «завоевал Россию». Загадка на сковороде. Витамины в бочке. Зимний салат «фантазия». Тыква и кабачки на вашем столе. Опасные горошины. Горошек по-французски. Приглашение к столу: напиток «Весенний». Огуречный коктейль. Покаянный овощ (из рассказа летописца). Лекарство из редьки.</p>
7	УМК	<ol style="list-style-type: none"> 1. Буянова Н. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Медицина. – М.: АСТ, 1998 2. Зайцев Г., Зайцев А. Твоё здоровье. – С-Пб., 1997 3. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Школа докторов природы. - М.: ВАКО, 2004 4. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о здоровье и правильном питании. / Методическое пособие. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2020. 5. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании. / Рабочая тетрадь для школьников. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2020. 6. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Две недели в лагере здоровья. / Методическое пособие. – М.: ОЛМА-ПРЕСС Инвест, 2020.

Аннотация к рабочей программе
по внеурочной деятельности
«Уроки здоровья»
на 2020-2021 учебный год
2 «Б» класс

1	Название курса	«Уроки здоровья»
2	Класс	2 «Б»
3	Количество часов	34 часа (1 час в неделю)
4	Срок реализации программы	2020 – 2021 учебный год
5	Цели и задачи учебной дисциплины	<p>Цель: обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни; 2. формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания; 3. обеспечить физическое и психическое саморазвитие; 4. научить использовать полученные знания в повседневной жизни; 5. добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.
6	Перечень основных разделов дисциплины	<p style="text-align: center;">Содержание курса</p> <p>Тема 1. Причины болезни. Тема 2. Признаки болезни. Тема 3. Как здоровье? Тема 4. Как организм помогает себе. Тема 5. Здоровый образ жизни. Тема 6. Какие врачи нас лечат. Тема 7. Инфекционные болезни. Тема 8. Прививки от болезней. Тема 9. Какие лекарства мы выбираем. Тема 10. Домашняя аптечка. Тема 11. Отравление лекарствами. Тема 12. Пищевые отравления. Тема 13. Если солнечно и жарко. Тема 14. Если на улице дождь и гроза. Тема 15. Опасность в нашем доме. Тема 16. Как вести себя на улице. Тема 17. Вода – наш друг. Тема 18. Как уберечься от мороза. Тема 19. Чтобы огонь не причинил вреда. Тема 20. Чем опасен электрический ток. Тема 21. Травмы. Тема 22. Укусы насекомых.</p>

		<p>Тема 23. Что мы знаем про собак и кошек.</p> <p>Тема 24. Отравление ядовитыми веществами.</p> <p>Тема 25. Отравление угарным газом.</p> <p>Тема 26. Как помочь себе при тепловом ударе.</p> <p>Тема 27. Растяжение связок и вывих костей.</p> <p>Тема 28. Переломы.</p> <p>Тема 29. Если ты ушибся или порезался.</p> <p>Тема 30. Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело.</p> <p>Тема 31. Укусы змей.</p> <p>Тема 32. Расти здоровым.</p> <p>Тема 33. Воспитавай себя.</p> <p>Тема 34. Я выбираю движение. Обобщающее занятие.</p>
7	УМК	<ol style="list-style-type: none"> 1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни. -2012.-№5.-с.54. 2. Герасименко Н. П. Помоги сам себе. -2017 3. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2015. 4. Гостюшин А.В. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 1-4 кл. М., 2012. 5. Зайцев Г.К. Уроки Айболита. - СПб. -1997. Уроки Мойдодыра. - СПб. -2011. Твои первые уроки здоровья – СПб., 2011. 6. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. СПб., 2011.

**Аннотация к рабочей программе
по внеурочной деятельности
«Портфолио»
на 2020-2021 учебный год
2 «Б» класс**

1	Название курса	«Портфолио»
2	Класс	2 «Б»
3	Количество часов	33 часа (1 час в неделю)
4	Срок реализации программы	2020 – 2021 учебный год
5	Цели и задачи учебной дисциплины	<p>Цель: создать условия для раскрытия индивидуальных способностей ученика в различных областях деятельности: учебной, творческой, социальной, коммуникативной.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • создание условий для творческого роста; • формирование положительных нравственных качеств личности; • развитие познавательных интересов; развитие навыков рефлексивной и оценочной деятельности; • создание ситуации успеха для каждого ученика, повышение самооценки и уверенности в собственных возможностях.
6	Перечень основных разделов дисциплины	<p style="text-align: center;">Содержание курса</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомьтесь, это я! Моё первое школьное лето. Я иду во второй класс. Это я! Что в имени тебе моём. Скажи мне, кто твой друг? Я о себе. Традиции моей семьи. Мои добрые дела. Мои увлечения. Где я был. Моя любимая книга. 2. Моя школа. Чему учат в школе. Законы школьной жизни. Мои права и обязанности. Распорядок дня. Моя школьная жизнь. 3. Мой класс. Одноклассники. Наш дружный класс. Моя школьная жизнь. Традиции класса. Как я отношусь к людям. 4. Мои учебные достижения. Мои шаги к успеху. Учимся ставить цели. Мои цели: 2 класс. Школьные предметы: любимые и не очень. Портфель читателя. Оцени свои знания по ИЗО. Оцени свои знания по музыке. Оцени свои знания по технологии. Оцени свои знания по окружающему миру. Оцени свои знания по литературному чтению. Оцени свои знания по математике. Оцени свои знания по русскому языку. Как я планирую провести летние каникулы. 5. Работы, которыми я горжусь. Правила успешной работы. Пьедестал успехов. Я закончил(а) 2 класс!
7	УМК	1. Портфолио учащегося начальной школы. Авторы составители Е.А. Андреева, Н.В. Разваляева. Москва. Планета, 2012 г., 112 стр.

		<ol style="list-style-type: none">2. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор / Л.В. Григорьев, П.В. Степанов. Москва. Просвещение 2010 г.3. Умнова М.С. Портфолио школьника. Методические рекомендации 1-2 класс /Москва. Планета, 2012 г.
--	--	--