

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Начальная общеобразовательная школа № 1»

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора МАОУ «НОШ  
№ 1» \_\_\_\_\_

Н. А. Розанова

от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МАОУ

«НОШ №1» \_\_\_\_\_

Г.И. Милованова

от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

# **Программа инновационной образовательной практики**

краткосрочный курс

## **«Азбука здоровья»**

2 Б класс

2021-2022 учебный год

Разработчик:

учитель начальных классов

Розанова Наталья Андреевна

г. Губаха

## **Краткосрочный курс «Азбука здоровья»**

Польза витаминов для растущего детского организма не подвергается сомнению. Они необходимы для роста, физического и умственного развития ребенка. Обеспечение правильного и сбалансированного питания с достаточным содержанием белков, жиров и углеводов помогает расти и меньше болеть. Откуда взять эти витамины, как правильно их принимать, что лучше витамины в банке или с огорода? На эти и другие вопросы поможет ответить краткосрочный курс «Азбука здоровья».

**Цель курса:** дать детям знания о пользе витаминов для нашего организма. Познакомить с понятием «витамины группы А, В, С, D, Е» и продуктами, в которых они содержатся. Закрепить знания детей о необходимости наличия витаминов в организме человека, о пользе продуктов, в которых содержатся витамины.

### **Задачи:**

- Изучить влияние на организм человека определенной группы витаминов.
- узнать о самых полезных продуктах для здоровья детей;
- узнать о совместимости приема витаминов;
- Вырастить «витамины» у себя дома (микрорезель)

**Направление работы, в рамках которого реализуется программа курса :** Инновационная образовательная программа « Развитие модели естественнонаучного образования младших школьников ( Малая Академия естественных наук) посредством общего и дополнительного образования

**Категория учащихся :** обучающиеся 2 класса (8-9 лет)

**Условия:** группа обучающихся 2 Б класса в количестве 20 человек.

**Количество часов:** 7 часов

### **Ожидаемые результаты реализации краткосрочного курса**

- **Предметные:** узнать о самых полезных продуктах для здоровья детей; узнать о совместимости приема витаминов;

**Метапредметные:**

- умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем;
- умение взаимодействовать и сотрудничать со сверстниками и взрослыми ;
- учиться подтверждать аргументы фактами,
- умение планировать последовательность действий в соответствии с поставленной задачей;

Для отслеживания результатов предусмотрена следующая форма контроля- выращивание микрозелени

### Тематическое планирование

№	Тема	Содержание
1	Витамин А	Влияние на организм. Продукты, богатые витамином А
2	Витамин В	Влияние на организм. Продукты, богатые витамином В
3	Витамин С	Влияние на организм. Продукты, богатые витамином С
4	Витамин Д	Влияние на организм. Продукты, богатые витамином Д
5	Витамин Е	Влияние на организм. Продукты, богатые витамином Е
6	Кладезь витаминов	Совместимость витаминов
7	«Домашний огород- круглый год»	Выращивание микрозелени

### Необходимое ресурсное обеспечение реализации программы:

- Мультимедийное оборудование
- Оборудование и материалы для проведения опытов
- Бреженер, С. М. Витамины в домашнем питании / С.М. Бреженер. - М.: Пищевая промышленность, **2013**.
- Витаминная диета для полного счастья: моногр. . - М.: Эксмо, **2014**.
- Циттлау, Й. Витаминный шок. Почему витамины вредят нашему здоровью? / Й. Циттлау. - М.: Питер, **2017**.