

## **Аннотация к программе курса внеурочной деятельности общекультурного направления «Разговор о правильном питании».**

Программа внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» по общекультурному направлению разработана для обучающихся 5-6 классов в соответствии с требованиями ФГОС НОО на основе Программ: «Разговор о правильном питании» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М. ОЛМА Медиа Групп 2009), «Две недели в лагере здоровья» (М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева М. ОЛМА Медиа Групп 2007), «Формула правильного питания» (М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева М. ОЛМА Медиа Групп 2009).

**Цель программы** – формирование основ культуры питания, как части общей культуры здоровья.

### **Задачи:**

- развитие представлений о правильном питании
- формирование полезных навыков и привычек
- формирование ответственного отношения к своему здоровью
- формирование представлений о народных традициях, связанных с питанием
- просвещение родителей в вопросах рационального питания для детей

Данная программа представляет детям широкую панораму правильного и здорового питания как компонент сохранения здоровья и долголетия. В рамках же данной программы, благодаря интеграции естественнонаучных и социально-гуманитарных знаний, могут быть успешно и в полном соответствии с возрастными особенностями младшего школьника решены задачи:

- осознание важности образования и воспитания правильного питания,
- формирования системы позитивных национальных ценностей, идеалов сохранения собственного здоровья, здоровья близких, как важнейшее национальное достояние России.

Используя для осмысления личного опыта ребёнка знания, накопленные естественными и социально-гуманитарными науками, программа вводит в процесс ценностного отношения к своему здоровью, а именно здоровому питанию ценностную шкалу, без которой невозможно формирование позитивных целевых установок подрастающего поколения. Программа «Разговор о правильном питании» помогает ученику в формировании личностного восприятия, эмоционального, оценочного отношения к здоровью, воспитывает нравственно и духовно зрелых, активных, компетентных граждан, способных оценивать своё место в окружающем мире и участвовать в созидательной деятельности на благородной стране и планеты Земля.

Значение программы состоит также в том, что в ходе её изучения школьники овладевают основами практико-ориентированных знаний о человеке; о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, на формирование готовности соблюдать их; учатся осмысливать причинно-следственные связи формирования навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.

Программа включает в себя модуль: «Формула правильного питания».

Учебно – методический комплекс программы «Разговор о правильном питании» включает:

Рабочие тетради для обучающихся:

«Формула правильного питания» для детей 12-13 лет (5 и 6 класс);

Методические пособия для педагогов. Буклеты для родителей. Плакаты. Сборник

конкурсных материалов (конспекты занятий, конкурсов, праздников, викторин, соревнований, тематическое планирование).

Программа рассчитана на 2 года и реализуется во внеурочной деятельности с обучающимися 5-6 классов.

Программа построена с опорой на системно – деятельностный подход и предполагает следующие виды деятельности: игровую, творческую, досуговую, коммуникативную, проектную, издательскую, поисковую, социально – значимую.

Формы проведения занятий: аудиторные и внеаудиторные занятия.

Часов в неделю: 1 час. Часов в год: 7 часов. Место проведения занятий: учебные кабинеты школы; библиотека, кабинет технологии.

Кадровое обеспечение: классные руководители.