

Аннотация

к рабочей программе внеурочной деятельности

«Разговор о правильном питании»

1- 4класс

Рабочая программа по внеурочной деятельности составлена на основе Федерального Государственного Общеобразовательного Стандарта начального общего образования, примерной программы «Разговор о правильном питании» разработанной сотрудниками Института возрастной физиологии Российской академии образования при спонсорской поддержке компании «Нестле», с учётом требования СанПиНа, на основе изучения интересов, запросов детей и родителей.

Цель: Формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни. Программа предусматривает решение следующих задач: Развитие представления детей о здоровье как одной из важнейших) человеческих ценностей; Формирование готовности заботиться и укреплять здоровье;) Пробуждать у детей интереса к народным традициям, связанным с) питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа; Развитие представлений о правилах этикета, связанных с питанием,) осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности; Развитие кругозора, интереса к познавательной деятельности;) Развитие полноценного питания, расширение представлений о) многообразии фруктов и овощей своего региона; Развитие коммуникативности.

Содержание программы: Предлагаемый курс программы «Разговор о правильном питании» рассчитан на детей младшего и среднего школьного возраста и делает акцент на формирование у ребёнка ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков по культуре питания..

Актуальность темы оздоровления подрастающего поколения в том, что современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют всё новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. В ряду приоритетных ценностей человека здоровью отводится первостепенное значение. Сохранение физического, психического и нравственного здоровья, в

соответствии с заявленными государственными приоритетами, является одной из главных задач. Благополучие ей интереса к народным традициям, связанным) от душевного и телесного здоровья, что напрямую связано с образом жизни, который ведёт человек. Необходимость данной программы вызвана тем, что отсутствие культуры питания у детей ведёт к ухудшению их здоровья. У детей возникают: повышенная утомляемость, авитаминоз, заболевания пищеварительного тракта, йододефицит, избыточный вес. Неконтролируемый поток рекламы (чипсов, газированных напитков, шоколадных батончиков, всевозможных конфет) формирует неправильный стереотип питания у детей.

Место предмета в плане внеурочной деятельности.

Программа рассчитана в 1 классе - 33 часа в год, по 1 часу в неделю во 2-4 классе. Программа рассчитана на 34 учебных часа (34 учебные недели).