**Аннотация к программе по внеурочной деятельности**

**по общекультурному направлению**

**«Разговор о правильном питании» 2 и 4 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно-методические материалы | Программа "Разговор о правильном питании" разработана в 1998 году специалистами Института возрастной физиологи Российской академии образования под руководством Безруких М.М., кандидатом биологических наук Т.А.Филипповой; кандидатом педагогических наук А.Г.Макеевой.Учебный план МОБУ «Стогинская СШ». |
| Реализуемый УМК | УМК:- Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. – Разговор о здоровье и правильном питании / Методическое пособие. – М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2020. - Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. – Разговор о здоровье и правильном питании / Рабочие тетради.1, 2, 3, 4 классы.- Группа продленного дня: Конспекты занятий, сценарии мероприятий: 1-2, 3-4 классы / Авт.-сост. Л.И. Гайдина, А.В. Кочергина. – 2-е изд., перераб. – М.: ВАКО, 2012. – Мастерская учителя (ФГОС) |
| Цели и задачи изучения предмета  | **Цель программы:**- формирование у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни- сформировать у учащихся здоровьеразвивающую компетентность: необходимость сохранять и развивать свое здоровье, важность культуры питания, как составляющей здорового образа жизни.- формирование у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.**Задачи программы:*** *расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности соблюдать эти правила;*
* *формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;*
* *формирование представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;*
* *пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об историях и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;*
 |
| Место учебного предмета в учебном плане | Программа «Разговор о правильном питании» рассчитана во 2,4 классах - 1 час в неделю. |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | ***Личностными*** результатамиосвоения учащимися программы являются:* проявление познавательных интересов и активности в области здорового питания;
* овладение установками, нормами и правилами правильного питания;
* готовность и способность делать осознанный выбор здорового питания, в том числе ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные, развитие представления об адекватности питания, его соответствия росту, весу, возрасту, образу жизни человека.

***Метапредметными*** результатамиосвоения программы являются:* способность и готовность к освоению систематических знаний о правильном питании, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
* способность к сотрудничеству и коммуникации;
* способность к решению личностных и социально значимых проблем здорового питания и воплощение найденных решений в практику;
* способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии в области здорового питания.

***Предметными*** результатами освоения программы являются:В познавательной сфере:* рациональное использование учебной и дополнительной технологической информации для проектирования и создания личной траектории здорового питания;
* оценка технологических свойств сырья и областей их применения;
* владение методами чтения штрих-кодов на продуктах питания, приобретаемых в розничной торговле;
* формирование представления о роли национальных кухонь в обеспечении полноценным питанием жителей той или иной местности.

В трудовой сфере:* соблюдение норм и правил безопасности труда, пожарной безопасности, правил санитарии и гигиены;
* планирование технологического процесса труда.

В мотивационной сфере:* выраженная готовность в потребности здорового питания;
* осознание ответственности за качество правильного питания.

В эстетической сфере:* дизайнерское проектирование блюд с точки зрения здорового питания;
* освоение навыков сервировки стола.

В коммуникативной:* публичная презентация и защита мини-проектов по здоровому питанию.

**Ожидаемые результаты изучения** В результате изучения младшие школьники *научатся*:* правилам и основам рационального питания,
* необходимости соблюдения гигиены питания;
* различать полезные продукты питания от вредных;
* структуре ежедневного рациона питания;
* ассортименту наиболее типичных продуктов питания;
* особенностям питания в летний и зимний периоды, причинах, вызывающих изменение в рационе питания;
* основным группам питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме;

*Получат возможность научиться*:- Применять полученные знания в повседневной жизни;- Вести здоровый образ жизни. |
| Используемые технологии | **Технологии, методики:** * уровневая дифференциация;
* моделирующая деятельность;
* поисковая деятельность;
* информационно-коммуникационные технологии;
* здоровьесберегающие технологии.
 |
| Формы контроля | Беседа, игра, практическая работа, эксперимент, наблюдение, коллективные и индивидуальные исследования, самостоятельная работа,доклад, выступление, выставка, презентация. |