**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. |