

Аннотация

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» для 1 – 4 классов составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «6» октября 2009 г. № 373 (с последующими изменениями);
2. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 г., рег. № 19993);
3. Образовательной программы «Разговор о правильном питании», «Две недели в лагере здоровья», «Формула правильного питания», разработанных специалистами Института возрастной физиологии Российской академии образования под руководством М.М. Безруких, директора этого института, академика РАО и методического пособия для учителей/ Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011;
4. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ по отдельным учебным предметам, дисциплинам, курсам ГБОУ СОШ с.Старый Маклауш по реализации ФГОС

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время в России в связи с глубоким общественно-экономическим кризисом произошло резкое снижение показателей здоровья и социальной защищенности детей. Это привело, в частности, к тому, что на этапе поступления в школу, как показывают обобщенные данные последних лет, в среднем 28% детей имеют хронические заболевания. Данные научных исследований показывают, что здоровье зависит от следующих факторов: медицинского обслуживания, наследственности, экологии и образа жизни. Следовательно, одна из основных задач учебного процесса – это сохранение здоровья детей, формирование у школьников потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение мотивации к этому. Необходимо формировать ЗОЖ, начиная с раннего возраста. Всё, что дети узнают и чему научатся на занятиях, они могут применить дома и в гостях уже сегодня.

Цель программы: формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Реализация программы предполагает решение следующих **образовательных и воспитательных задач:**

- сформировать и развить представления детей о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей, формировать готовность заботиться и укреплять собственное здоровье;
- сформировать у школьников знаний о правилах рационального питания, их роль

в сохранении и укрепления здоровья, а также готовность соблюдать эти правила;

- научить осваивать детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- сформировать представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- информировать детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширить знания об истории и традициях своего народа, формировать чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- развить творческие способности и кругозор у детей и подростков, их интересы и познавательную деятельность;
- развить коммуникативные навыки у детей и подростков, умение эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещать родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Режим занятий: Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению

«Разговор о правильном питании» предназначена для обучающихся 1- 4 классов, составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на четырёхлетний срок обучения, проведение 1 часа в неделю: 1 год обучения— 33 часа в год,

2 год обучения - 34 часа в год, 3 год обучения - 34 часа в год, 4 год обучения - 34 часа в год. 1 занятие (35 мин) каждую неделю.