

Аннотация к рабочей программе по курсу внеурочной деятельности
«Формула правильного питания»

Рабочая программа «Формула правильного питания» составлена на основе Программы «Разговор о правильном питании» часть 3 «Формула правильного питания», разработанной сотрудниками Института возрастной физиологии Российской академии образования по инициативе компании «Нестле Россия», руководитель авторского коллектива — директор Института, академик Российской академии образования Марьяна Михайловна Безруких. Программа «Разговор о правильном питании» допущена министерством образования Российской Федерации.

Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Формула правильного питания/ Методическое пособие. – М.: Абрис, 2019.

Цель программы «Разговор о правильном питании» – формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Модуль 3 «Формула правильного питания» предназначен для реализации следующих **воспитательных и образовательных задач:**

- Развитие представления подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье.
- Расширение знаний подростков о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила.
- Развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни
- Развитие представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности
- Развитие представления о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа
- Пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов
- Развитие творческих способностей, кругозора подростков, их интереса к познавательной деятельности.
- Развитие коммуникативных навыков у подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы.
- Просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей подросткового возраста.

Программа «Разговор о правильном питании» часть 3 «Формула правильного питания» носит комплексный характер и охватывает разные аспекты питания, в том числе и связанные с российской историей и культурой. Занятия по программе «Формула правильного питания» проводятся во второй половине дня.

Год обучения	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Всего часов за учебный год
1-й год обучения 5 класс	1	34	34
2-й год обучения 6 класс	1	34	34