**Аннотация к программе**

**«Разговор о правильном питани» 3 класс**

Программа «Разговор о правильном питании»для 3 классасоставлена на основании федерального компонента государственного стандарта начального общего образования на основе имеющегося курса М.М.Безруких, Т.А. Филипповой «Разговор о правильном питании », разработанного по инициативе министерства образования РФ, при поддержке компании «Нестле», Концепции духовно-нравственного развития и воспи­тания личности гражданина России. Программа «Разговор о правильном питании» допущена министерством образования Российской Федерации.  Авторами программы являются Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г.

*Учебно-методическое сопровождение.*

В рамках программы подготовлен учебно-методический комплект, включающий рабочие тетради для детей 8-9 лет М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева «Две недели в лагере здоровья» , «НЕСТЛЕ», 2012 г., методическое пособие для педагога М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева «Две недели в лагере здоровья», Москва, «НЕСТЛЕ», «ОЛМА-ПРЕСС», 2012г, плакаты и брошюры для родителей.

Уровень программы : базовый стандарт, программа начального общего образования.

Категория обучающихся: учащиеся 3 класса

   В каждый комплект входит методическое пособие  для учителя, рабочая тетрадь для учащегося, плакаты, информационные материалы для родителей.

Цель программы:

– сформировать у младших школьников основы рационального питания,представление о необходимости заботы о своём здоровье.

Программа  способствует  воспитанию у детей культуры здоровья, осознанию ими здоровья как главной человеческой ценности.

*Цель курса:*

воспитание привычки правильно питаться, так как правильное питание является основой здорового образа жизни.

Основными *образовательными задачами* реализации второй части программы являются:

формирование навыков правильного питания;

знакомство учащихся с основными группами питательных веществ (белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные соли) и их функциями в организме человека;

формирование представление о том, какие питательные вещества содержатся в различных продуктах;

формирование представление об особенностях питания в летний и зимний периоды;

знакомство с блюдами, которые могут быть использованы в холодное и теплое время года;

расширение представлений о значении овощей и фруктов;

формирование представлений о традициях питания разных народов и русского народа;

знакомство учащихся с зависимостью рациона питания от физических нагрузок;

обучение оцениванию своего рациона питания и правильному составлению меню в зависимости от физической активности;

знакомство с предметами кухонного оборудования, их назначением;

формирование представления об основных правилах гигиены и безопасности при приготовлении пищи;

знакомство учащихся с разнообразием столовой посуды и приборов;

обучение правильной сервировки стола для ежедневного приема пищи;

продолжение знакомства с разнообразием молочных продуктов и их свойствами;

знакомство с молочными блюдами, которые готовят разные народы, и в частности жители нашего города, представители разных национальностей;

расширение знаний о полезности продуктов из зерна;

знакомство с национальными блюдами из зерна и традициями их использования;

расширение знаний детей о диких растениях и грибах, произрастающих в нашей местности, возможности их включения в рацион питания;

знакомство с кулинарными традициями народов Сибири и традициями народов России.

В ходе работы над второй частью программы реализуются следующие *развивающие задачи*:

развитие любознательности и самостоятельности в поисках информации по теме;

умение анализировать, обобщать и использовать на практике полученные знания;

развитие коммуникативных умений ребенка при работе в парах, группах и коллективном творчестве;

формирование самосознания социально-культурных ценностей;

умение работать с различными источниками информации;

развитие творческих способностей каждого ребёнка.

Основные *воспитательные задачи* реализации второй части программы включают в себя:

привитие учащимся стремление к здоровому образу жизни;

формирование представления о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья;

воспитание культуры поведения за столом, в школе, на природе;

привитие чувства уважения к культуре своего народа и других народов.