

Аннотация

Программа составлен на основе следующих нормативных документов:

- Закон РФ от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 года № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 19.04.2011 № 03-255 «О введении федеральных государственных стандартов общего образования»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования» от 12 мая 2011 г. № 03-2960.

Программа дополнительного образования «Основы здорового питания» построена на основе примерной программы в соответствии с требованиями к результатам освоения основного общего образования. Программа относится к **культурологическому направлению** дополнительного образования и реализуется через кружок «Основы здорового питания». Направлена на формирование культуры здоровья, осознание важности образования и воспитания правильного питания, формирования системы позитивных национальных ценностей, идеалов сохранения собственного здоровья, здоровья близких, как важнейшее национальное достояние России. Наше здоровье зависит от многих факторов. Наследственности, т.е. тех свойств организма, которые достались нам от наших предков. Условий, в которых мы живем: чистоты воздуха, воды, уровня шума вокруг и т.д. А также от самого человека – его характера, поведения и привычек, в том числе и питания. Ученые считают, что вклад этих факторов в здоровье может быть представлен следующим образом: наследственность – 25%, условия жизни – 25%, образ жизни – 50%. Мониторинг здоровья школьников показывает, что количество хронически больных детей увеличивается с увеличением школьного возраста. Особенно много детей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Одной из причин подобных заболеваний является неправильное питание.

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

Задачи программы:

1. Формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формировании его готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
2. Формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
3. Освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;
4. Формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека.
5. Развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;
6. Развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
7. Просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Отличительные особенности данной программы: программа предусматривает организацию деятельности учащихся в форме кружка по обучению правильному питанию. Такая форма позволяет, с одной стороны, обеспечить максимально широкий охват обучающихся образованием в области жизненно важных вопросов собственного здоровья. Это способствует повышению учебной мотивации обучающихся, освоению их субъективной роли «обучаю других» как шага к следующему этапу «обучаю себя».