

Аннотация к рабочей программе учебного курса «Разговор о правильном питании»

Программа «Разговор о правильном питании» направления, составлена в соответствии с требованиями ФГОС на основе программы: «Формула правильного питания» (М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.:ОЛМА Медиа Групп 2016). Она ориентирована на учащихся 5-6 классов.

Цель программы: формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни. Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

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

Программа (3 модуль) изучается в 5 – 6 классе по 8 часов в год: 5 класс-8 часов ; 6 класс-8 часов, включает 12 тем:

5 класс:

1. Здоровье - это здорово 2.
2. Продукты разные нужны, продукты разные важны
3. 3. Режим питания
4. 4. Энергия пищи
5. 5. Где и как мы едим
6. Ты – покупатель

6класс:

7. Ты готовишь себе и друзьям
8. Кухни разных народов 9. Кулинарная история
- 10.Как питались на Руси и в России
- 11.Необычное кулинарное путешествие
- 12.Составляем формулу правильного питания

Программа учебного курса включает в себя: 1) планируемые результаты освоения учебного курса ; 2) содержание учебного курса 3) тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.