

В нашей школе реализуется программа «Разговор о здоровье и правильном питании», которая позволяет формировать у детей сознательное отношение к своему здоровью, осваивать навыки правильного питания, формировать представления о правилах этикета, пробуждать интерес к народным традициям.

Программа внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» на 2020 - 2021 учебный год разработана на основе программы «Разговор о правильном питании» (М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2009) и соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (*Приказ № 373 Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г.*), спортивно – оздоровительного направления.

**Направление программы внеурочной деятельности.** Программа внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» направлена на развитие оздоровительных способностей обучающихся. Программа включает в себя разделы, освещающие наиболее важные проблемы, связанные с организацией рационального питания ребят младшего школьного возраста.

Занятия строятся с учётом возрастных особенностей и возможностей ребёнка. В программе ребёнку предлагается множество интересных игр, участвуя в которых ребёнок не только учится сам, но и учит других – своих друзей, родителей. Малыши в игре узнают о полезных и необременительных для семейного бюджета блюдах, о традициях русской народной кухни, о режиме и культуре питания.

**Отличительной чертой программы** является то, что на занятиях ребёнок трудится в коллективе. Дома он на практике усваивает полученные знания. Программа предполагает активное вовлечение в работу родителей: конкурс фотографий, конкурс блюд.

**Актуальность программы** на данный момент заключается в том, что она способствует воспитанию у детей представления о рациональном питании как составной части культуры здоровья, сохранения ими здоровья, как главной человеческой ценности. Правильное питание – один из «краеугольных камней», на котором базируется здоровье и жизнь человека.

Опыт работы показал, что программа эффективна, актуальна, её создание вызвано временем, благодаря этой программе дети осваивают основы здорового образа жизни, поэтому вооружение школьников информацией о правильном питании является одним из ведущих условий их гармоничного развития.