

Аннотация  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Разговор о правильном питании»  
педагог дополнительного образования Цехмистренко М.Н.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Разговор о правильном питании» модифицированная, естественнонаучной направленности, рассчитана на детей в возрасте 6 - 10 лет.

Срок реализации программы: 4 года.

Срок обучения по программе: 36 часов в год.

Форма обучения: очная с применением дистанционных образовательных технологий.

Цель программы: создание условий для формирования у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Результат программы: В результате изучения программы «Разговор о правильном питании» младшие школьники получают представления:

- о правилах и основах рационального питания,
- о необходимости соблюдения гигиены питания;
- о полезных продуктах питания;
- о структуре ежедневного рациона питания;
- об ассортименте наиболее типичных продуктов питания;
- об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в рационе питания;
- об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме.