*Формирование духовно-нравственного развития и воспитания младших школьников через реализацию программы «Разговор о правильном питании».* ***(Слайд 1)***

Будущее нашей России – это здоровые дети, а их здоровье зависит от правильного и здорового питания.

Здоровье, как известно, зависит от многих факторов, и в первую очередь от правильного здорового питания. Разговор о правильном питании ведется на страницах большого количества популярной и специальной литературы. А в системе образования в 1999 году Министерством образования и науки Российской Федерации при поддержке компании «Нестле» была разработана уникальная программа «Разговор о правильном питании», которая направлена на формирование у детей культуры питания как составляющей здорового образа жизни. В образовательных учреждениях Саратовской области программа реализуется с 2000 года. По этой программе я работаю с 2000 года. Веду кружок «Разговор о правильном питании». **(Слайд 2)**

Духовно-нравственное воспитание – это целенаправленная деятельность, нацеленная на постепенное восстановление целостной структуры личности, самоопределение человека и совершенствование его в добродетели. **(Слайд 3)**

Исходя из основной цели духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся Российской школы, начальная школа как воспитательная система, определила следующую цель: эффективно содействовать становлению и развитию духовно-нравственного, ответственного, инициативного маленького гражданина России, формированию его индивидуальности, способности к личному самоопределению и творческой реализации своих возможностей, то есть сформировать личность гуманную, творческую, адекватно оценивающую себя, умеющую уважать других, активную и самостоятельную.

Духовно-нравственное развитие и воспитание младших школьников осуществляется в нашей школе через реализацию программы дополнительного образования «Разговор о правильном питании».

Необходимость проведения занятий кружка вызвана тем, что отсутствие культуры питания у детей ведёт к ухудшению их здоровья. У детей возникают: повышенная утомляемость, авитаминоз, заболевания пищеварительного тракта, йододефицит, избыточный вес. Следовательно, формировать правильное представление о питании необходимо начинать у детей младшего школьного возраста как можно раньше.

На занятиях кружка «Разговор о правильном питании»  дети в увлекательной игровой форме знакомятся с гигиеной питания, узнают о полезных и вредных продуктах, о совместимости и несовместимости продуктов между собой, получают представления о правилах этикета.

Данная программа тесно связана с духовно – нравственным развитием и воспитанием, предусматривает пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний  об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов. Таким образом, на занятиях кружка «Разговор о правильном питании» происходит формирование духовно - нравственного развития и воспитания у учащихся младшего школьного возраста.

Так на занятии «Что нужно есть в разное время года» учащиеся знакомятся с некоторыми традициями питания и блюдами национальной кухни жителей разных регионов. Одной из задач этого занятия является расширение представлений о традициях питания своего народа, формирование чувств уважения к его культуре. Также на последующих занятиях у учащихся формируются представления о народных традициях как своеобразных исторически сложившихся нормативах, направленных на сохранение и укрепление здоровья. Для этого на занятиях рассказывается о таких праздниках, как масленица, капустник, Пасха.

Цель занятия «Как правильно накрыть стол» - это расширить представление о предметах сервировки стола, помочь детям осознать важность знаний правил сервировки стола, соблюдения этих правил как проявления уровня культуры человека.

Одна из задач проведения занятия «Блюда из зерна» - это расширить представление детей о традиционных народных блюдах, приготовляемых из зерна, традициях, связанных с их использованием, способствовать формированию уважения к культуре собственного народа и других народов.

Занятие «Кулинарное путешествие по России» учит бережно и внимательно относиться к народным традициям, в области питания в частности, так как они входят в понятие

« культура народа».

Ребята смогли осознать важность правильного питания, познакомились с традициями русской кухни и национальной кухней народов России.

Правильно организованные и интересно проводимые занятия играют большую роль в духовном развитии учащихся, в формировании их мировоззрения. Опыт кружковой работы свидетельствует о том, что введение соответствующей воспитательной и образовательной среды, помогает детям развиваться духовно и творчески, обогащаясь многообразными нравственно-эстетическими впечатлениями. **(Слайд 4)**

На кружке ребята вовлечены в творческую деятельность, результатом  которой явились рисунки, стенгазеты, поделки, стихи, сочинения,  собственное меню, рецепты полезных для здоровья блюд и напитков, презентации: «Изготовление йогурта», «Блины», «Пироги», «Каши разные нужны - каши разные важны». Это отражало их личное отношение к вопросам правильного питания.

Например, на занятие «Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты» приглашали фельдшера. Любовь Александровна рассказала детям о витаминах и их роли в жизни человека. **(Слайд 5)**

Наши родители постоянные участники и помощники. Совместные занятия кружка формируют у детей трудолюбие, усидчивость, аккуратность, взаимопомощь. Развивает наблюдательность, зрительную память, образное мышление. **(Слайд 6)**

При организации выставок поделок также родители принимают активное участие. **(Слайд 7)**

Инсценирование сказок развивает представление о народных преданиях. Исполняя роли овоща, дети совершенствуют речевое общение, формируют стилистику языка. **(Слайд 8)**

Цель занятия «Молоко и молочные продукты» - расширить знания детей о молоке и молочных продуктах, и их значении в жизни человека. **(Слайд 9)**

Участники кружка нашей школы принимали участие в муниципальном этапе детского творчества всероссийского конкурса «Разговор о правильном питании» при поддержке компании «Нестле», в номинации «Плакаты о правильном питании» и заняли 3 место. **(Слайд 10)**

Проводился конкурс сочинений о кружке «Разговор о правильном питании». Хочу познакомить вас с сочинением Екатерины Пугачевой. **(Слайд 11)**

*Давайте познакомимся.* Всем привет! Меня зовут Катя. У меня есть брат Данила, мама и папа. Мама – домохозяйка, папа работает оператором. Мы – дети - ходим в школу…

Всей семьёй мы любим праздновать Новый год, 8 марта, 23 февраля. А еще я люблю свой день рожденья. Мама готовит что-нибудь вкусненькое к праздникам, а мы ей помогаем. Когда мы приготовим все необходимые блюда, мы расстилаем красивую скатерть и накрываем на стол. В праздники мы делаем друг другу подарки.

*Секреты правильного питания от компании «Нестле»* я раскрыла, на занятиях кружка «Разговор о правильном питании». Мне нравится составлять рецепты блюд, меню, проводить исследования продуктов, узнавать что-нибудь новое. Каждое занятие открывает секреты здорового питания. Я очень люблю поесть. А на занятиях кружка я узнала, что нельзя переедать, есть очень жирную пищу и много сладкого. Еда, особенно для детей, должна быть разнообразной и полезной. Принимать пищу надо в определённое время, соблюдая режим дня. Особые продукты необходимы, если занимаешься спортом или решаешь трудные задачи, если болеешь. Я узнала, *что* надо есть в разное время года. Некоторые продукты для организма могут быть вредными. Например, когда я съела много винограда, то у меня появились красные прыщики - аллергия. И теперь я не ем много винограда. Моя семья учится готовить и употреблять в пищу здоровую и полезную еду.

Занятия кружка мне очень нравятся, и я с желанием посещаю их. Хочу быть здоровой.

Таким образом, занятия кружка « Разговор о правильном питании» помогают детям по-новому увидеть и осмыслить мир вещей и предметов в повседневной жизни, будят их фантазию, подталкивают к активному творческому поиску и созиданию. **(Слайд 12)**