

**Аннотация к рабочей программе
курса внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании»
4 класс**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании» для учащихся 4 классов составлена на основе авторской программы М. Безруких, Т. Филиппова и рабочей тетради для школьников М. Безруких и Т. Филиппова «Разговор о правильном питании».

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время наблюдается увеличение числа больных детей по стране, по региону.

Необходимо формировать ЗОЖ, начиная с раннего возраста.

Структура: программа рассчитана на 1 час в неделю (34 часа в учебном году). Теоретических - 16 часов, практических – 18 часов.

Основная цель: обеспечение каждому школьнику возможности сохранения здоровья за период обучения в школе, формирование необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни, использование полученных знаний в повседневной жизни.

Основные задачи:

- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни;
- физическое развивать учащихся, привить им любовь к спорту и побудить к здоровому образу жизни;
- организовать учебно-воспитательный процесс на основе здоровьесберегающих технологий;
- обеспечить вариативное использование правил ЗОЖ в зависимости от конкретных практических обстоятельств.