

Аннотация
к рабочей программе по внеурочной деятельности
«Формула правильного питания» 5 класс

Данная рабочая программа внеурочной деятельности «Формула правильного питания» разработана на основе авторской программы М. М. Безруких «Разговор о правильном питании», в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного образования.

Цель программы: формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- Развития представления подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье.

- Расширения 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.

- Пробуждения 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.

- Просвещения родителей в вопросах организации правильного питания детей подросткового возраста.

Рабочая программа внеурочной деятельности школьников «Формула правильного питания» реализуется в группе обучающихся среднего школьного возраста в течении 1 года и рассчитана на детей 5 класса 11-12 лет.

Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 1 академический час.

Общее количество учебных часов за 1 год обучения– 34.