**Аннотация**

**к рабочей программе внеурочной деятельности**

**клуба «Планета здоровья»**

Направление: спортивно - оздоровительное

Тип программы: по конкретному виду внеурочной деятельности

Срок реализации программы: 1 год

Класс: 9

Программа разработана на основе:

- Примерной основной образовательной программа основного общего образования (в редакции протокола № 1/20 от 04.02.2020 федерального учебно-методического объединения по общему образованию)

- методического пособия для учителя Калинова Г. С., Мягкова А. Н.,Реброва Л. В., Резникова В. З., Хрипкова А. Г., Здоровье: Вопросы здоровья в школьном курсе биологии 5-9 классы: М., 2003

**Цель :**  
формирование навыков здорового образа жизни.  
**Задачи:**  
- научить детей бережно относиться к своему здоровью;  
- передать знания и создать стойкие убеждения в необходимости сохранения и укрепления своего здоровья;  
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

**Количество часов: 34.**

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов | Всего  часов | Основные виды деятельности учащихся ( УУД ) | |
|  |
|  | **1.Физическое здоровье** | **24** | - ответственно относиться к своему здоровью; - правильно распределять свой рацион питания; - использовать в повседневной жизни различные формы закаливания;  -овладение туртехникой; - достойно выигрывать и проигрывать |
|  | **2.Гигиенические навыки** | **2** | - соблюдать правила личной гигиены; - ухаживать за кожей, глазами, зубами, одеждой; - заботиться о своём зрении; |
|  | 3.**Ответственное отношение к своему здоровью** | 8 | - распределять и составлять свой распорядок дня; - бережно относиться к личным вещам;  умение дать отказ;  -оценивать экологическую ситуацию; - достойно выигрывать и проигрывать |
|  | **Итого** | **34** |  |