

Аннотация к рабочей программе по внеурочной деятельности

«Школа здоровья»

Рабочая программа кружка «Школа здоровья» для 1-4 классов составлена в соответствии с требованиями:

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
- Письма Департамента общего образования Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»
- План внеурочной деятельности ООП НОО МБОУ СОШ №14 на 2020-2021 учебный год;
- Положение «О внеурочной деятельности» МБОУ СОШ № 14.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа здоровья» предназначена для обучающихся 1-4 классов.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Программа внеурочной деятельности «Школа здоровья» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формирование установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развитие навыка самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими задачами:

1. *Формировать:*

- представления о факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

2. *Обучить:*

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Основные виды деятельности учащихся:

- дидактические и спортивные игры;
- беседы.

Изучение программного материала начинается с 1 класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде учебных игр и в процессе практической деятельности.

Кроме того, каждый отдельный раздел курса включает в себя дополнительные виды деятельности:

- чтение стихов, сказок, рассказов;
- постановка драматических сценок, спектаклей;
- прослушивание песен и стихов;
- разучивание и исполнение песен;
- организация подвижных игр;
- выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения.

Программа рассчитана на 4 года. В 1А классе – 33 часа, 1 Б классе – 33 часа, в 4А классе – 30 часов.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 35 минут (в 1 классе), 40 мин в 4 классе. Программа рассчитана на детей 7-10 лет, реализуется за 4 года.

В результате усвоения программы учащиеся *должны уметь*: выполнять санитарно-гигиенические требования, соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня; осуществлять активную оздоровительную деятельность; формировать своё здоровье. Учащиеся *должны знать*: факторы, влияющие на здоровье человека; причины некоторых заболеваний; причины возникновения травм и правила оказания первой помощи; виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека; о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека; основные формы физических занятий и виды физических упражнений. Программа направлена на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.