

Аннотация
к рабочей программе внеурочной деятельности «Здоровейка»
спортивно-оздоровительного направления

Рабочая программа внеурочной деятельности «Здоровейка» спортивно-оздоровительного направления для обучающихся 1-4 классов разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе авторской программы внеурочной деятельности «Здоровейка» автор – составитель М.Г. Пряникова, Данная программа обеспечивает достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы МКОУ «Прилепская НШ».

Программа носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующей *цели*:

- обучение способам и приёмам сохранения и укрепления собственного здоровья, включая формирование навыков самооценки и самоконтроля по отношению к собственному здоровью.

Цель конкретизирована следующими *задачами*:

- сформировать представление о всех компонентах здоровья;
- обучать осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- воспитывать коммуникативную культуру обучающихся как необходимое условие ведения здорового образа жизни.

Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребёнка младшего школьного возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья обучающихся. Данная Программа состоит из четырёх частей:

- **«Первые шаги к здоровью» (1-й класс).** Цель: первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.
- **«Если хочешь быть здоров» (2-й класс).** Цель: формирование культуры питания, понятий об иммунитете и закаляющих процедурах, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края, совершенствование культуры поведения в общественных местах.
- **«По дорожкам здоровья» («3-й класс).** Цель: формирование понятий об интеллектуальных способностях, о личной гигиене, здоровье, микробах, вредных привычках, профилактика вредных привычек, применение лекарственных растений в профилактических целях.
- **«Я, ты, он, она – мы здоровая семья» (4-й класс).** Цель: формирование чувств ответственности за своё здоровье, мода и гигиена школьной одежды, профилактика вредных привычек, культура эмоций и чувств.

Каждая из частей может преподаваться независимо друг от друга.

Данная Программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на 33 часа в год в 1 классе, по 34 часа в год во 2-4 классах (по 1 часу в неделю).