

## ***АННОТАЦИЯ***

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

спортивно-оздоровительного направления

*по учебному курсу*

**«ЗДОРОВЯЧЕК»**

(1-4 класс ФГОС НОО)

Рабочая программа курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Здоровячек» является приложением к образовательной программе начального общего образования.

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. N 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»), в соответствии с изменениями и дополнениями Министерства образования и науки РФ (от 26 ноября 2010 г. № 1241 (рег. № 19707); от 2 сентября 2011 г. № 2357 (рег. № 22540); от 18 декабря 2012 г. № 1060 (рег. № 26993); от 29 декабря 2014 г. № 1643 (рег. № 35916); от 18 мая 2016 г. № 507 (рег. № 37714); от 31 декабря 2015 г. № 1576 (рег. № 40936)).

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. Здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровячек» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровячек» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно ориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования и спроектирована с учётом нивелирования вышеперечисленных школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья младших школьников.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровячек» носит образовательно-воспитательный характер.

#### ***Цель курса:***

Создание образовательной среды, способствующей формированию культуры здорового образа жизни детей младшего школьного возраста.

#### ***Задачи курса:***

- формирование представлений об основах здорового и безопасного образа жизни;
- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование установок на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и психофизических особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом с учётом индивидуальных особенностей;
- формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение по два часа в неделю

в 1 классах — 66 часов в год, во 2-4 классах по два часа в неделю — 70 часов в год.