

Аннотация

к рабочей программе по внеурочной деятельности «Уроки здоровья», 6-7 класс

Рабочая программа внеурочной деятельности «Уроки здоровья» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 г № 1897;
- основной образовательной программой основного общего образования МАОУ Сорокинской СОШ № 3;
- письмом Министерства образования и науки РФ от 03.03.2016 г № 08-334;
- письмом федеральной службы по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор) от 03.11.2015 г № 02-501.

- Учебным планом МАОУ Сорокинская СОШ № 3 на 2022-2023 учебный год отводит 34 часа для изучения курса по 1 часу в неделю.

Цель:

- обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе;
- научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Содержание курса

Раздел курса, количество часов	Содержание курса
Здоровое питание - 10 часов	Содержание этих блоков дает основные знания о гигиене и профилактике болезней; раскрывает связь состояния психики с состоянием нашего тела; формирует отношение к своему телу как к ценности; развивает навыки ухода за телом, правильного питания, режима труда и отдыха. Формируется негативное отношение к вредным привычкам, в том числе к употреблению алкоголя, табака, токсических веществ. В программе в
Здоровый образ жизни – 18 часов	

Нравственное здоровье – 6 часов

соответствии с возрастом обучающихся рассматриваются:

основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;

особенности влияния вредных привычек на здоровье подростка;

особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

основы рационального питания;

правила оказания первой помощи;

способы сохранения и укрепление здоровья;

основы развития познавательной сферы;

свои права и права других людей;

общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;

влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

В результате реализации программы по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру.

Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

--	--