

**Программа по внеурочной  
деятельности  
здоровьесберегающего  
направления «Не хворай-ка»**

Выполнила:  
Кеваева Анна Юрьевна  
Учитель начальных классов  
I категории  
ГБОУ СОШ «Центр образования» пос. Варламово

# 1. Актуальность

- ▣ Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности. 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.

## 2.Цели и задачи обучения

Цели:

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

## Задачи:

- ▣ становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- ▣ формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- ▣ духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- ▣ укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

### **3. Содержание занятий программы**

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс – 33 часа в год, 2-4 классы -34 часа в год. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Не хворай-ка» состоит из четырёх частей:

- ▣ 1 класс «Первые шаги к здоровью».
- ▣ 2 класс «Если хочешь быть здоров».
- ▣ 3 класс «По дорожкам здоровья».
- ▣ 4 класс «Я, ты, он, она - мы здоровая семья»

## 4.Предполагаемые результаты

- 
- ▣ Реализацией основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

*Спасибо  
за  
внимание!*