

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
основная общеобразовательная школа д. Старое Мелково  
171265 Тверская область Конаковский район  
Д. Старое Мелково ул. Центральная д. 8  
Тел. 8(48242)56-362  
e-mail:melkovo-school@yandex.ru

## **Аннотация к рабочей программе кружка «Школа здоровья».**

**Направление:** спортивно-оздоровительное

**Цель программы:** сформировать осознанное отношение к жизни и здоровью как высочайшей ценности.

**Задачи программы :**

*Воспитательные задачи:* 1. Воспитывать бережное отношение к собственному здоровью. 2. Воспитывать командный спортивный интерес.

*Образовательные задачи:* 1. Обучить учащихся приёмам по профилактике простудных заболеваний. 2. Научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье. 3. Сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах. 4. Формировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня.

*Развивающие задачи:* 1. Развивать интерес к подвижным играм, к участию в спортивных соревнованиях, эстафетах. 2. Способствовать развитию потребности в здоровом образе жизни. 3. Формировать потребность в движении у школьников для нормального развития и профилактики умственного утомления. 4. Развивать интерес к подвижным играм.

**Контингент:** обучающиеся школы 5-7 классы.

**Продолжительность реализации программы:** 1 год (2021-2022 учебный год).

**Режим занятий:** занятия организуются с сентября по май, 1 раз в неделю по 20 - 40 минут, в форме урока – теория и практика. Всего 34 часа .

**Форма организации процесса обучения:** лекции, семинары, беседы, дискуссии. Большое место уделяется практическим занятиям, на которых проводятся тренинги, анкетирование и тестирование, игровое моделирование. Предполагается широкое использование технических средств (аудио- и видеотехники), наглядных пособий (таблиц, схем, фотографий и др.) проведение индивидуальных и групповых консультаций.

**В программе данного кружка использую следующие приёмы и методы работы:** словесный (беседы, дискуссии), наглядный (демонстрация), практический (практическая работа).

**Краткое содержание:** здоровье, в свою очередь, является основным фактором, определяющим эффективность обучения. Только здоровый ребёнок способен успешно и в полной мере овладеть школьной программой. Нарушение здоровья приводит к трудностям в обучении. В связи с этим возникла необходимость создания программы по спортивно-оздоровительному направлению «Школа здоровья».

**Ожидаемый результат:** снижение заболеваемости. Полученные ребёнком знания и представления о себе, своем здоровье позволят использовать способы укрепления и сохранения здоровья на практике.