

## АННОТАЦИЯ

к программе курса внеурочной деятельности  
по спортивно-оздоровительному направлению  
для 1-4 классов  
«Планета здоровья»

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Планета здоровья» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, с рекомендациями Примерных программ внеурочной деятельности. Начальное и основное образование/ под ред. В. А. Горского. Программа направлена на достижение планируемых результатов, реализацию программы формирования универсальных учебных действий.

**Цель курса:** создать условия для формирования у младших школьников основ рационального питания, представления о необходимости заботы о своём здоровье. Программа способствует воспитанию у детей культуры здоровья, осознанию ими здоровья как главной человеческой ценности.

### **Задачи курса внеурочной деятельности «Планета здоровья»:**

- расширение знаний подростков о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности соблюдать эти правила;
- развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- развитие представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознания того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- развитие представления о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа;
- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием, расширения знаний об истории и традициях своего народа, формирования чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов.;
- развитие творческих способностей, кругозора подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей подросткового возраста.

Программа «Планета здоровья» изучается с 1 по 4 класс по одному часу в неделю: 1 класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа. Общий объём учебного времени составляет 135 часов. В каждом классе выделяется время для совместной работы учеников с родителями (проекты, соревнования, конкурсы).

Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности:

*Для обучающихся:*

1. Практический материал для работы по темам программы.

*Для учителя:*

1. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование/ под ред. В. А. Горского. Учебное пособие. М. Изд. «Просвещение»
2. Конь И.Я. Книга о здоровом питании школьников. М. Изд. «Просвещение»
3. Коростелев Н.Б. Воспитание здорового школьника. М. Изд. «Просвещение»

4. Хрипкова А.Г. Гигиена и здоровье. М. Изд. «Просвещение»

5. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)

*Для решения поставленных задач кабинет оснащен соответствующим оборудованием:*

- компьютером;
- проекционным аппаратом;
- документ – камерой;
- магнитной доской;
- интерактивной доской;
- принтером;
- сканером.

*Программное обеспечение:* ОС Windows, Microsoft Office