# *Проект программы*

**спортивно-оздоровительного направления внеурочной деятельности**

# «Азбука здоровья»

# Составители:

- ***Васильева Т.В.*** *, учитель начальных классов МОУ СОШ№ 2 (ЗАТО Озерный)*
- ***Осотина Т.В.,*** *учитель начальных классов МОУ СОШ № 2 (ЗАТО Озерный)*
- ***Таранова О.А.,*** *учитель начальных классов МОУ Ривзаводская СОШ*
- ***Ермакова Л. Е.,*** *учитель начальных классов МОУ СОШ № 1 (пос. Максатиха)*
- ***Точилина Л.В.,*** *учитель начальных классов МОУ СОШ №1 (г. Осташков)*

Куратор проекта: ***Салык Н.А.***

# Актуальность

- В современных условиях проблема *сохранения* и *укрепления здоровья детей* чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей.

- Данная программа актуальна и помогает решать задачи, связанные с *привитием здорового образа жизни*.

- Только *здоровый ребёнок* может *успешно* учиться, *продуктивно* проводить свой досуг, стать *в полной мере творцом* своей судьбы.

Духовно
Физически
Нравственно
Дети
развиваются
всесторонне

# Ожидаемые результаты реализации программы

1. Активное участие детей в спортивно-оздоровительной деятельности

2. Совместное участие детей и взрослых в спортивно-оздоровительной деятельности.

3. Умение организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность

4. Умение систематически наблюдать за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями развития основных физических качеств.

# Цели программы:

- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

- Научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

# Задачи:

1. Формирование *здорового жизненного стиля* и *реализация индивидуальных способностей* каждого ученика.
2. *Профилактика* вредных привычек.
3. *Создание условий* для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирование здорового образа жизни.
4. *Расширение кругозора* школьников в области физической культуры и спорта.
5. *Формирование* у детей *мотивационной сферы* гигиенического поведения, безопасной жизни.
6. *Просвещение родителей* в вопросах сохранения здоровья детей.

## Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры и т.д.;
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми.

# Реализация программы:

- Методика работы с детьми строится в направлении ***личностно-ориентированного взаимодействия*** с ребёнком, делается акцент на ***самостоятельное экспериментирование*** и ***поисковую активность детей***.

- Данная программа основывается на принципах возрасто-, природо- и культуросообразности, коллективности, проектности и ***поддержки самоопределения*** воспитанника.

# Инструментарий программы:

- **«О здоровье узнаю и себе я помогу»** - знания в области элементарных правил сохранения и укрепления здоровья, правил по технике безопасности сохранения своего здоровья. Раскрывает это направление ***проведение бесед***, ***просмотр и обсуждение фильмов***.

- **«В здоровом теле – здоровый дух»:** сплочение коллектива и семьи, наличие двигательной активности, привитие культуры общения с природой через ***проведение подвижных игр***, ***соревнований и экскурсий***.

# Заключение

- Программа помогает создать ***поведенческую модель***, направленную на развитие ***коммуникабельности***, умение делать ***самостоятельный выбор***, принимать ***решения***, ***ориентироваться в информационном пространстве.***

- Программа внеурочной деятельности составлена в соответствии с нормативно-правовой базой, с учетом требований САНПИНа, на основе изучения интересов, запросов детей и родителей.