**Аннотация**

**к рабочей программе курса внеурочной деятельности**

**«Друзья ЗОЖ» 1,4 класс**

Программа внеурочной деятельности «Друзья ЗОЖ» является структурной частью основной общеобразовательной программы основного общего образования и призвана оказать содействие в обеспечении достижения ожидаемых результатов обучающихся в соответствии с ООП НОО.

Данная программа разработана учителем начальных классов Леваш Ю.А. отделения «Боровлянская СОШ» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Программа рассчитана на один год обучения из расчёта 1 час в неделю

Всего:33 часа

Всего: 34 часа.

Классы: 1,4.

**Цель** данного курса: 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 занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка.