

**Аннотация к рабочей программе по внеурочной деятельности**  
**“Будем здоровы ”**  
**(8 класс)**

Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности школьников и предназначена для работы с детьми 14-15 лет в отдельно взятом классе.

**Для реализации программы используются следующие учебники, дидактические и методические материалы:**

- Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания - Л.: 2008.
- Апанасенко Г.Л. Здоровый образ жизни. - Л., 2008.
- Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. - 2012. - Т. 7. - №2. - С.21-28.
- Бажуков С.М. Здоровье детей - общая забота. - М.: Физкультура и спорт, 2007.
- Вялков А.И. Современные проблемы состояния здоровья населения Российской Федерации // Проблемы управления здравоохранением. - 2012. - № 1(2). - С. 10-12.
- Государственный доклад о состоянии здоровья населения Российской Федерации в 2001 г. // Здравоохранение Российской Федерации. - 2013. - № 1. - С. 3-8.
- Журавлева И.В. Самосохранительное поведение как фактор здоровья / Медицинская география и здоровье человека. - М., 2007. -С. 100-118.
- Изуткин Д.А. Здоровый образ жизни как основа профилактики / Автореф. канд. мед. наук. - 2012. - 19 с.
- Коновалова Т.А., Талалаева А.А., Тибекин А.Т. Концептуальные основы создания системы обеспечения безопасности среды жизнедеятельности и охраны здоровья школьников // Здравоохранение Российской Федерации. - 2011. - № 2. - С. 16-18.
- Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. - М., 2012.
- Перлмуттер Д., Лоберг К. «Кишечник и мозг». Москва «Манн, Иванов, и Фербер». 2018г.
- Педагогика и психология здоровья /Под ред. Н.К. Смирнова. - М.: АПКИПРО, 2013.
- Пирогова Е. А. Окружающая среда и человек. - Минск, 2009.

**Количество учебных часов.**

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа из расчета 1 час в неделю в соответствии с учебным планом.

**Цель программы:**

- формирование необходимых знаний, умений и навыков по здоровому и безопасному образу жизни;
- использование полученных знаний в практике с целью улучшения собственного здоровья.

**Задачи:**

- научить сознательно относиться к своему здоровью, добиваться выполнения элементарных правил здоровьесбережения;
- формировать основы гигиенических навыков;
- познакомить с правилами поведения в обществе;
- выработать отрицательное отношение к вредным привычкам;
- способствовать сотрудничеству детей при выполнении коллективных работ, развитию коммуникативных навыков и выработке навыков и правил поведения в обществе.