

## Аннотация к рабочей программе по внеурочной деятельности

### «Здоровячок»

**Целью курса** является формирование культуры безопасной жизнедеятельности, навыков ведения здорового образа жизни и принципов здоровьесбережения.

**Задачи курса:** формирование у учащихся ключевых компетенций ведения здорового образа жизни за счет:

формирования способности формулировать и формировать навыки здоровьесбережения;

понимания необходимости сохранять свое здоровье как общественную и индивидуальную ценность;

формирования отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков профилактики вредных привычек;

формирования навыков безопасного поведения в повседневной жизни;

формирования привычки правильного питания;

формирования привычки соблюдения режима дня и личной гигиены;

формирования умения бороться со стрессовыми ситуациями;

формирования умения грамотно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми;

ведения активного спортивного образа жизни.

В соответствии с учебным планом по внеурочной деятельности в 1-х классах курс реализуется 1 час в неделю (33 часа за год). Во 2-4 классах – 1 час в неделю (34 часа за год). Всего 135 часов за полный курс.