

**Аннотация к рабочей программе курса внеурочной деятельности  
«Основы здорового образа жизни»  
для учащихся 6 класса**

Данная программа курса внеурочной деятельности составлена на основе авторской программы: «Педагогика здоровья» Г.К.Зайцева.

**Целью курса** Основы здорового образа жизни (ОЗОЖ) является знакомство с самым тонким инструментом познания окружающего мира – с самим собой.

**Задачи:**

- Научить ребенка различным методам эмоционального сенсорного восприятия и оценки себя и окружающего мира;
- Формирование представления о культуре поведения, умение правильно поступать в соответствии с жизненной ситуацией.
- Научить ребенка практическим методам самостоятельного принятия решений, ориентированных на собственное здоровье;
- Познакомить с основами безопасного поведения в самых различных ситуациях.

Реализация программы предполагает 34 часа, 1 (один) учебный час в неделю.

Программа состоит из **разделов**:

- Эликсиры жизни (лекарственные растения);
- Лекарственные растения луга;
- Домашние лекари;
- Лекарство на огороде;
- Профилактика вредных привычек

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся, формируются познавательные, личностные, метапредметные и предметные универсальные учебные действия.

Рабочая программа представляет собой целостный документ, включающий разделы:

- Планируемые результаты реализации курса;
- Содержание курса внеурочной деятельности;
- Тематическое планирование уроков