

Аннотация к программе внеурочной деятельности «Азбука здоровья»

Рабочая программа «Азбука здоровья» предназначена для внеурочной деятельности обучающихся 5-8 классов с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), разработана на основе требований к личностным и предметным результатам освоения АООП для детей с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

Программа «Азбука здоровья» для учащихся 5 - 8 класса рассчитана на 1 год обучения, 1 час в неделю, всего 34 часов в год.

Цель курса: развитие личности обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) в процессе формирования установки на ведение здорового образа жизни, развитие навыков самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья; обучения способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Курс «Азбука здоровья» направлен на обучение и воспитание у обучающихся собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Рабочая программа «Азбука здоровья» входит во внеурочную деятельность по спортивно-оздоровительному направлению развития личности.

Занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (тренинги, оздоровительные минутки, упражнения для глаз, для осанки, дыхательные упражнения и пр.), необходимыми для развития навыков ребенка.

Наряду с теоретическим материалом обучающимся предлагаются практические рекомендации, игры и упражнения, тренинги. Беседы включают вопросы гигиены, питания, закаливания, строения человека, вопросы, связанные с факторами, укрепляющими и разрушающими здоровье и т.д.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру.