

Кружок «Секреты здоровья»

Актуальность реализации данной программы заключается в устранении проблемы сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Учащиеся не владеют навыками быть здоровыми, элементарными законами здоровой жизни, основными навыками сохранения здоровья.

Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы. Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития. Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Задачи курса:



- содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.
- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоничному, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам.

Кроме того, на занятия по внеурочной деятельности приглашаю родителей с целью развития теплых отношений между детьми и родителями, формирования семейных ценностей.



Так, в минувшую субботу прошло занятие по теме «Игры на свежем воздухе». Учащиеся вместе с родителями поделились на две команды. Эстафета включала в себя различные конкурсы: ведение мяча метлой, перевозка ребенка на ватрушке, попади снежком в цель, задание на время (Кто быстрее и лучше слепит снеговика), перетягивание каната, зимняя рыбалка.

Занятие прошло успешно. И дети, и родители остались очень довольны.



Лишние минуты, проведенные на воздухе, прибавляют каждому здоровья, физического заряда и энергии. А родители отвлеклись на некоторое время от своих обыденных забот и пообщались со своими детьми.