Программа курса внеурочной деятельности «Мое здоровье» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (Приказ Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373, в ред. приказов Минобрнауки России от 06.10.2009г. № 373, в ред. приказов от 26.11.2010 № 1241,от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.12 № 1060, от 29.12.2014 № 1643, от 18.05.2015 № 507, от 31.12.2015 № 1576).

**Цель программы:** создание условий для сохранения психического и физического здоровья учащихся, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

***Задачи:***

* формировать представления об основных факторах и «законах» здоровья, взаимовлиянии природы и человека друг на друга;
* подвести учащихся к пониманию особенностей организма человека и его возможностей;
* воспитывать бережное отношение к здоровью и понимание необходимости ведения здорового образа жизни;
* формировать компетенции в сфере безопасности жизнедеятельности.

Направление развития личности: спортивно-оздоровительное.

Возраст обучающихся: 15-16 лет (9 класс)

Срок реализации: 1 год обучения.

Количество часов в год: 34 часа