**Аннотация к программе курса внеурочной деятельности «Здоровые и веселые»**

**Цель**:    содействие  всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

**Задачи**направлены на:

-       укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;

-       обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;

-       воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

**Общая характеристика учебного курса** **«Здоровые и веселые»**

 Программа курса внеурочной деятельности «Здоровые и веселые» направлена на формирование представлений о физическом развитии и здоровом образе жизни; воспитание двигательных способностей; прикладные умения и навыки; воспитание навыков самостоятельных и групповых занятий.

Важнейшим требованием проведения занятий является обеспечение дифференцированного  и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдение гигиенических норм. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность. Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

**Место курса внеурочной деятельности «Здоровые и веселые» в учебном плане**

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Здоровые и веселые» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю (33 часа 1 класс, 34 часа 2-4 класс) всего 135 часов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, 45 минут.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся. Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

**Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.**

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои. Представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма е более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).