

Аннотация к программе курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»

Курс внеурочной деятельности «Азбука здоровья» разработан в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, с учётом ООП НОО, на основе Примерной программой учебных предметов. Программа рассчитана для внеурочной деятельности учащихся 1-2-х классов начального общего образования средней общеобразовательной школы. Количество часов на реализацию курса 1 класс – 33 час, 2 класс – 34 часа.

Курс внеурочной деятельности «Азбука здоровья» относится к направлению: **«занятия, связанные с реализацией особых интеллектуальных и социокультурных потребностей обучающихся»** и способствует укреплению здоровья, содействует гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формированию первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры; формированию установки на сохранение и укрепление здоровья учащихся, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Предметом обучения курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья» является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Курс внеурочной деятельности «Азбука здоровья» построен на танцевально – ритмических упражнениях под музыку с включением элементов основной гимнастики, ритмопластики, оздоровительных игр.

Цель курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»:

Цель: развитие физической активности, двигательных навыков учащихся, развитие их физических качеств, компенсация дефицита двигательной активности.

Задачи:

- Формировать осознанную потребность в двигательной активности, физическом совершенствовании.
- Развивать потребность выполнять упражнения на растягивание мышц и самостоятельную деятельность.
- Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений под музыку.
- Укреплять и оздоравливать учащихся специфическими и не специфическими средствами.
- Формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика.
- Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирование здорового образа жизни.
- Расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
- Формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасности жизни.