

## **АННОТАЦИЯ**

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по курсу «Движение есть жизнь»**

**уровень: начальное общее образование**

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Движение есть жизнь» является приложением к основной образовательной программе начального общего образования.

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 31 мая 2021г. № 287 и Основной образовательной программы начального общего образования МОАУСОШ №32, Федеральной образовательной программой начального общего образования от 16.11.2022г. № 992.

#### **Цель программы:**

- создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

#### **Основными задачами реализации поставленной цели являются:**

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
6. стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
7. развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
8. воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
9. формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

На изучение курса «Движение есть жизнь» в 1 – 4 классах отводится 1 час в неделю; в 1 классах – 33 часа в год, 2-4 классы – 34 часа в год.

#### **Основные формы:**

- беседы
- подвижные игры
- спортивные соревнования

