

## **Аннотация к рабочей программе по внеурочной деятельности «Здоровое поколение»**

Программа разработана для реализации в 1 классах в соответствии со ст.28 п.3.6,7, ст. 48 п.1 ФЗ РФ от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ» Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

**Актуальность.** У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др. Данная программа составлена с учетом проблем в развитии современного школьника. В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией “встраивания” разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Здоровое поколение” направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска.

**Объём программы:** общее количество учебных часов в год 33.

**Формы и режим занятий:**

-форма обучения- очная;

-форма организации образовательной деятельности-групповая, индивидуально-групповая, коллективная;

-занятия проходят 1 раз в неделю.

**Цель:** удовлетворение потребностей младших школьников в движении, стабилизирование эмоций, обучение владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Общая характеристика:** Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Здоровое поколение” направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска:

школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье учащихся в дальнейшем.