**АННОТАЦИЯ**

**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

**курса внеурочной деятельности**

по  ***физической культуре» Спортивный час»***

в ***1-4 классах***

**Программа «Спортивный час» адресована** детям, обучающимся в 1-4классе МБОУ «Идрицкая СОШ» .

Спортивный час способствует укреплению здоровья, физическому развитию обучающихся, повышению их работоспособности. Занятия разнообразны по характеру и интенсивности, доступны и имеют оздоровительную направленность.

 **Содержание** данной программы рассчитано на систему одноразовых занятий в неделю продолжительностью 35-40 минут. Продолжительность занятий определяется их интенсивностью. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность.

 **Концепция программы.**

Все занимающиеся обучаются навыкам игр с учетом возрастных категорий, общефизической подготовленности. Программа рассчитана на последовательное расширение теоретических знаний и практических умений и навыков в процессе занятий.

В процессе проведения занятий и участия в спортивно-массовых мероприятиях учитель воспитывает у занимающихся правила этикета в подвижных играх, чувство ответственности , вырабатывает у них добросовестное отношение к своим обязанностям, организованность и дисциплину, содействует гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовке, укреплению здоровья.

Большое место в учащихся уделяется воспитанию их волевых качеств и совершенствованию психических показателей, необходимых для оптимальной работоспособности.

**Цели программы:**

1. Овладение учащимися основ физической культуры, слагаемыми которой являются крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей.

 2.Всестороннее развитие личности ребенка, его духовно-нравственное становление, осознание и принятие им общечеловеческих ценностей.

 3.Создание предпосылок для успешной учебной, бытовой, семейной и социальной адаптации учащихся к реальным условиям жизни в обществе.

 **Задачи программы:**

* создание условий для развлечения и физической разрядки детей;
* достижение оздоровительного и рекреативного эффекта;
* совершенствование жизненно важных двигательных умений, навыков (подвижных и спортивных игр), изучаемых на уроках физической культуры;
* воспитание интереса к физкультурным и спортивным занятиям.

Учителя физической культуры оказывают организационную и методическую помощь воспитателям в подготовке и проведении занятий.