Аннотация

к программе **дополнительного образования**

**«Эстафета Здоровья»**

Программа дополнительного образованияразработана в соответствии с:

 1. Федеральным законом РФ № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статьи 2 (9), 10 (6), 12, 55, 75);

2. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (глава 8 «Требования к организации образовательного процесса»);

3. Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения России от 07.11.2018 № 196.

Программа дополнительного образования **«Эстафета Здоровья»** реализует туристско-краеведческую направленность.

**Цель программы:**

1. *Познавательная цель* предполагает формирование у обучающихся представлений о физической культуре как составляющей целостной научной картины мира, ознакомление обучающихся с основами подвижных и спортивных игр.
2. ***Социальная цель*** подразумевает формирование компетенции детей в области выполнения основных двигательных действий как показателя физического развития человека.

**Основными задачами программы являются:**

* формирование знаний о физической деятельности, отражающих культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
* формирование базовых двигательных навыков и умений, их вариативное использование в игровой деятельности и самостоятельных занятиях
* расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий с повышенной координационной деятельностью;
* формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной направленности, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанки и культурой движения;
* расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;
* формирование практических умений и навыков, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреационных формах, способствующих групповому взаимодействию в процессе использования подвижных игр и элементов соревнования.

***Образовательные:***

1. формирование интереса детей к занятиям физической культуры и спорта
2. воспитание чувства причастности к своему народу и его истории.

***Воспитательные:***

1. Воспитание уважительного отношения в общении с другими детьми и взрослыми, терпимость к людям разных вероисповеданий, и представителям национальных и социальных групп

**Развивающие:**

1. развитие базовых двигательных навыков и умений, их вариативное использование в игровой деятельности и самостоятельных занятиях
2. **развитие самостоятельности, инициативности и импровизационные способности детей**

**Возраст детей:** данная программа рассчитана на детей 7-8лет.

**Ожидаемые результаты:**

1) формирует основы российской гражданской идентичности, чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирует ценности многонационального российского общества; участвует в становлении гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирует целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

3) формирует уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;

4) способствует овладению начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) способствует принятию и освоению социальной роли обучающегося, развитию мотивов учебной деятельности и формированию личностного смысла учения;

6) развивает самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

7) формирует эстетические потребности, ценности и чувства;

8) развивает этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;

9) развивает навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

10) формирует установку на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

**Воспитанники научатся***:*

* + - * ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризоватьназначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
* раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
* ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;
* характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

**Воспитанники** получат возможность научиться и приобрести умения и навыки:

* выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
* характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности. Способы физкультурной деятельности

**Учебно-тематический план**

| **№** | **Тема** | **Кол-во** **часов** | **теория** | **практика** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Мы – за здоровый образ жизни!  | 5 | 5 |  |
| 2 | Современные подвижные игры. Профилактика травматизма | 31 | 7 | 24 |
| 3 | Ролевые игры. Профилактика травматизма. | 12 | 6 | 6 |
| 4 | Русские народные подвижные игры. Профилактика травматизма. | 20 | 6 | 14 |
| Итого: | 68 | 24 | 44 |