

## **Аннотация**

Программа внеурочной деятельности **по спортивно - оздоровительному направлению «ТРОПА ЗДОРОВЬЯ»** для **5 класса** разработана в соответствии с требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.; Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ № 1897 от 17.12.2010г. (с изменениями и дополнениями)); Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом № 254 от 20.05.2020г. с изменениями, внесенными приказом Минпросвещения России от 23.12.2020г. № 766; в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

### **Цели программы:**

- ✓ Создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- ✓ Научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

### **Задачи:**

Формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика:

- ✓ обеспечить двигательную активность школьников во внеурочное время;
- ✓ познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- ✓ воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, соблюдать режим питания чтобы противостоять болезням;
- ✓ развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- ✓ воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Программа внеурочной деятельности «Тропа здоровья» рассчитана **на 34 часа / 1 час в неделю/ в соответствии с учебным планом.**

### **Формы организации работы учащихся**

Индивидуальная, коллективная, парная, групповая.

### **Виды занятий**

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- конкурсы
- часы здоровья

### **Алгоритм работы с подвижными играми.**

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

**Учебник:** Физическая культура. 5-7 классы : учебник / М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.; под ред. М. Я. Виленского. – 12-е изд., стер. – Москва : Просвещение, 2022.

**Пособия для педагога:** Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5—9 классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — 9-е изд. — М. : Просвещение, 2021.

**Электронные образовательные ресурсы:** Физическая культура в школе [Электронный ресурс] / Режим доступа <http://www.fizkulturavshkole.ru/> свободный.