

Аннотация
к рабочей программе по курсу внеурочной деятельности «Динамическая пауза»
Уровень образования начальное общее образование

Программа внеурочной деятельности «Динамическая пауза» для 1 класса разработана на основе:

- федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (06.10.2009г. № 373 с изменениями)
- основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ ООШ с. Высокое;
- учебного плана внеурочной деятельности ГБОУ СОШ с. Высокое на 2021-2022 учебный год.

Данная программа тесно связана с программами по физической культуре Егорова Б.Б., Пересадына Ю.Е., Ляха В.И.

Название предмета/курса	Динамическая пауза
Класс (ы)	1 класс
Количество часов (общее, по классам)	На курс «Динамическая пауза» отводится 66 ч, из расчёта 2 ч в неделю (33 уч. нед.)
Краткая характеристика курса.	<p>Целью учебной программы «Динамическая пауза» является снятие у учащихся первого класса утомляемости, повышение умственной работоспособности, формирование основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой. Реализация данной цели обеспечивается содержанием предмета дисциплины «Динамические паузы», в качестве которого выступает двигательная деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определенных знаний, двигательных навыков и умений.</p> <p>Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач: .</p> <ul style="list-style-type: none"> - комфортная адаптация первоклассников в школе; - устранение мышечной скованности; - снятие физической и умственной усталости; - удовлетворение суточной потребности в физической нагрузке; - формирование установок здорового образа жизни; - ведение закаливающих процедур; - укрепление и развитие дыхательного аппарата и организма детей; - укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма; - совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм и физическим упражнениям; - формирование общих представлений о режиме двигательной активности, его значении в жизни человека, роли в укреплении

Результаты освоения	<p>здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание и формирование лидерских качеств личности, способной взаимодействовать в команде; - развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга. <p>Освоение учебного предмета «Динамическая пауза» обеспечивает достижение планируемых личностных, метапредметных и предметных результатов.</p>
Образовательные технологии, используемые в обучении	<ul style="list-style-type: none"> - информационно-коммуникационные технологии; - технология использования игровых методов; - здоровьесберегающие технологии; - технологии дифференцированного обучения.
Методы и формы	<ul style="list-style-type: none"> - использование приемов и методов, применяемых в личностно-ориентированном подходе в обучении - формы организации учебной деятельности: коллективная, групповая, парная, индивидуальная.
Структура курса	<ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры - общеразвивающие физические упражнения.
Электронные образовательные ресурсы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/