

Аннотация к рабочим спортивно-оздоровительным программам внеурочной деятельности
«Я за ЗОЖ»

Разработчик: Бантюкова Анна Николаевна

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению **«Я за ЗОЖ»** включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению **«Я за ЗОЖ»** 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 обучающихся в дальнейшем.

В соответствии с учебным планом ГКОУ РО «Ростовской специальной школы-интернат № 42» на 2023-2024 уч. г. на изучение курса внеурочной деятельности **«Я за ЗОЖ»** отведено 1А класс - 33 ч. (33 учебные недели), 1Б класс - 34 ч. (34 учебные недели), 2А класс - 33 ч. (33 учебные недели), 3А класс - 33 ч. (33 учебные недели), 4А класс - 30 ч. (30 учебные недели) занятия проводятся в соответствии с календарно-тематическим планированием 1 раз в неделю. Рабочие программы разработаны для детей 7-12 лет. Продолжительность одного занятия 40 минут.