**Аннотация**

**к рабочей программе по внеурочной деятельности «Спортивный час»**

**Рабочая программа** внеурочной деятельности «Спортивный час» 5-9 классов составлена в соответствии с требованиям ФГОС основного общего образования и авторской программы В.И.Ляха Физическая культура. М. Просвещение. 2019 г. Спортивно-оздоровительное направление.

**Количество часов:** рабочая программа составлена из расчета 5-9 класс- 1 час в неделю (34 часа в год).

**Целью программы** является снятие у учащихся 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 «Спортивные игры», 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.