

Программа «**Путь к здоровью**» составлена для обучающихся 4-ых классов, предполагает занятия один раз в неделю. Итого- 34 часа.

Программу «Путь к здоровью» составляют упражнения, подвижные игры, развлечения доступные для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста. Программа «Путь к здоровью» в значительной степени может восполнить недостаток движения, а также поможет предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учебы.

Цель: Развитие физически здоровой личности учащегося начальной школы на основе подвижных игр.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных **задач**:

- Обучить разнообразным правилам подвижных игры и других физических упражнений игровой направленности.
- Развить физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;
- Повысить физическую и умственную работоспособности школьника.