

Аннотация
к рабочей программе курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»
5 класс

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» для учащихся 5 класса составлена на основе нормативных документов, состоит из нескольких модулей и разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми и методическими документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Учебный план МБОУ «Ростиловская школа».
3. Концепции модернизации Российского образования;
4. Концепции содержания непрерывного образования;
5. Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич);

В соответствии с учебным планом на занятие внеурочной деятельности «Спортивные игры» отводится 1 час в неделю, всего часов 34.

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме тренировок, соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных нормативов, контрольного тестирования

Цель программы – всесторонне физическое развитие обучающихся, вовлечение их в спортивную деятельность.

Задачи программы:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности, воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявлении предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.