

Аннотация к программе курса внеурочной деятельности

«Спортивные и подвижные игры»

7 класс

Настоящий курс предназначен для учащихся 7 класса.

Курс нацелен на стимуляцию работы сердечно-сосудистой системы; развитие выносливость, укрепление крупных мышц рук, плеч, ног. В рамках реализации происходит развитие таких жизненно важных качеств как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности.

Курс призван дополнять изучение основных предметов (физкультуры и ОБЖ) и служить решению проблемы укрепления и оздоровления организма.

Курс рассчитан на 35 часов (1 час в неделю).