

Аннотация
к программе курса внеурочной деятельности
«ОФП: Юнармия 58» ООО 5-9 классы
2023-2024 учебный год

Программа составлена в соответствии с Основной образовательной программой ООО и учебным планом внеурочной деятельности МБОУ лингвистическая гимназия № 6 г. Пензы. Направленность программы – спортивно-оздоровительная.

Программный материал включает в себя задания из разделов «Легкая атлетика», «Подвижные игры», «Спортивные игры» и по дополнительному разделу «Туризм». Задания усложняются по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

По окончании курса учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

Курс физического воспитания учащихся 6-9 классов направлен:

- на укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение школой движений;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитии двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.

Учебный план рассчитан на 3 часа в неделю (всего 102 часа)

Учебно-методическая литература:

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1—11 классов» В. И. Ляха, (М.: Просвещение, 2016 г.).

Составитель: Анисимов И.В., педагог-организатор ОБЖ