

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе курса внеурочной деятельности
«Волейбол»

7 классы

Данная рабочая программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» для обучающихся 7 классов составлена на основе требований к результатам освоения ООП ООО МБОУ «Лицей №1» в соответствии с ФГОС ООО и с учетом рабочей программы воспитания.

Рабочая программа спортивно-оздоровительного направления «Волейбол» во внеурочной деятельности для учащихся 7 классов, соотносящаяся с ФГОС ООО и концепцией образования, по своему содержательному наполнению ориентируется на укрепление здоровья школьников.

Цель: формирование у учащихся мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, длительного сохранения собственного здоровья.

Задачи :

1. содействовать гармоническому физическому развитию, закреплению навыков правильной осанки и развитию устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
2. учить соблюдению правил техники безопасности во время занятий, оказанию первой помощи при травмах;
3. воспитывать привычку к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
4. вырабатывать организаторские навыки проведения занятий в качестве командира отделения или капитана команды;
5. формировать адекватную оценку собственных физических возможностей.

Программой отводится на изучение «волейбола» 34 часа, 1 час в неделю

Рабочая программа курса внеурочной деятельности включает в себя:

- пояснительную записку;
- содержание курса внеурочной деятельности «Волейбол»;
- планируемые результаты освоения курса (личностные, метапредметные, предметные);
- тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы, формы проведения занятий, электронные (цифровые) образовательные ресурсы;
- поурочное планирование.

Основные темы курса внеурочной деятельности «Волейбол»:

Раздел 1. Основы знаний.

Раздел 2. Общая физическая подготовка.

Раздел 3. Специальная подготовка.

Раздел 4. Примерные показатели двигательной подготовленности.

Срок реализации программы: 1 год.