

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО КУРСУ ПО ВЫБОРУ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Курс по выбору «Подвижные игры» способствует совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Подвижные игры – естественный спутник жизни, источник радостных эмоций для учащихся 12-13 лет. Подвижные игры оказывают благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки у подростков. В основе подвижных игр лежат физические упражнения. Благодаря большому разнообразию содержания и игровой деятельности они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению специальных задач физического воспитания.

Программа курса по выбору «Подвижные игры» составлена из отдельных самостоятельных разделов двигательной деятельности, отличной друг от друга по характеру и объему. При планировании занятий учитываются индивидуальные особенности учащихся. Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия.

**Цель:** стимулировать желание регулярно заниматься спортом на открытых площадках, стадионах, во дворах.

### **Задачи:**

- воспитание положительного отношения к здоровому образу жизни;
- умения налаживать взаимодействие с одноклассниками, развитие коммуникативных способностей.

Данный курс по выбору рассчитан на учащихся 12-13 лет. Общее количество часов для реализации программы - для 6 класса – 34 часов.