

## Аннотация к рабочей программе курса внеурочной деятельности «В мире спорта» 7 класс

Освоение курса «В мире спорта» вносит существенный вклад в достижение **личностных, метапредметных, предметных результатов** среднего образования. Результаты освоения содержания курса «Основы лыжной подготовки» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

### Содержание курса внеурочной деятельности

№ п/п	Наименование (темы) раздела	Кол-во часов	Содержания	Формы организации	Виды деятельности	Основные направления воспитательной деятельности
7 класс						
1	Теоретические сведения	в процессе занятий	<p>Характеризовать Олимпийские игры как яркое культурное событие древнего мира.</p> <p>Правила поведения и техника безопасности на занятиях.</p> <p>Закаливание, режим дня, врачебный контроль и гигиена спортсмена.</p> <p>Рассказывать о видах спорта, входящих в программу соревнований Олимпийских игр древности</p> <p>Характеризовать понятие «физическое развитие», приводить примеры изменения его показателей, сравнивать показатели физического развития родителей со своими показателями.</p> <p>Изучают правила спортивных игр ,применяют их на практике.</p>	Групповые и индивидуальные	Беседы, экскурсии, просмотр видеоматериалов.	1,2,3,4
2	Общая физическая подготовка.	7	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленные на развитие гибкости, координационных способностей, силовой выносливости. Спортивные и подвижные игры, направленные на развитие ловкости, быстроты, выносливости. Эстафеты и прыжковые упражнения, направленные на развитие скоростно-силовых способностей и быстроты. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.	Групповые и индивидуальные	Контрольные нормативы, самостоятельная подготовка, практические работы.	5,6,7,8
3	Специальная физическая подготовка.	7	<p>Футбол. Стойки игрока</p> <p>Перемещение в стойке</p> <p>Остановки, ускорения Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой</p> <p>Остановка мяча. Ведение мяча.</p> <p>Обманные движения. Отбор мяча.</p> <p>Вбрасывание мяча из-за боковой линии.</p>	Групповые и индивидуальные	Просмотр видеоматериалов, контрольные тестиров	1,2,3,4

			Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.		ания, самостоятельная подготовка, практические работы.	
4	Техническая подготовка.	18	Волейбол. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Техника защиты. Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме Контрольные игры и соревнования.	Групповые и индивидуальные	Просмотр видеоматериалов, сдача контрольных нормативов, самостоятельная подготовка, практические работы.	5,6,7,8
5	Контрольные упражнения и соревнования.	2	Упражнения для оценки разносторонней физической подготовленности (общей выносливости, быстроты, скоростно-силовых способностей); участие в 2-3 соревнованиях по ОФП в годичном цикле; участие в 2-3 соревнованиях по футболу, волейболу.	Групповые и индивидуальные	Соревнования, сдача нормативов, мониторинги, самостоятельная подготовка, практические работы.	1,2,3,4
	Итого	34				