

Планирование внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Подвижные игры» в 5-9 классах составлено в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и программой «Физическая культура. Рабочие программы.

На данный курс отводится 1 час в неделю (34 ч в год).

Во время игры увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Двигательная активность во время игры способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Спортивные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах.

Список литературы:

М.Я.Виленский, В.И.Лях 5-7 класс М.:Просвещение, 2020г.

В.И.Лях 8-9 классы М.:Просвещение,2020г.