Аннотация к рабочей программе внеурочной деятельности «Плавание»

Одним из слабых разделов физического воспитания населения является плавательная подготовленность. Обучение плаванию – основная профилактическая мера в борьбе с несчастными случаями на воде. Прочные прикладные навыки плавания нужны тем, чья трудовая деятельность и их увлечения связаны с водной средой (рыбалка, дайвинг, серфинг и т.д.). Занятия плаванием способствуют воспитанию целеустремленности, воли, дисциплины, трудолюбия, настойчивости, выдержки, умения преодолевать трудности на занятиях. В системе физических упражнений плавание является одним из самых действенных средств укрепления здоровья человека. Погружение в воду, упражнения в воде, плавание благотворно влияют на организм человека. Некоторое охлаждение тела и давление воды на него вызывают повышенный обмен веществ, активизируют деятельность организма, повышают сопротивляемость простудным заболеваниям, помогают закаливанию. Уроки плавания направлены на улучшение физического и психоэмоционального состояния гимназистов, воспитывают стойкие гигиенические навыки. Цель курса - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности организации активного отдыха. Физическая культура закладывает основы физического и духовного здоровья, на базе которого возможно разностороннее развитие личности.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Плавание» для обучающихся 10-11-х классов составлена в соответствии с нормативными документами:

1. Примерные программы по учебным предметам. Стандарты второго поколения (М.В.Рыжаков, А.М.Кондаков).

2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (автор В.И. Лях,- М.: Просвещение, 2008г).

Рабочая программа по плаванию рассчитана на 34 учебных часа.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ " ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ ПГТ.ЮЖНО-КУРИЛЬСК"

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ ПГТ.ЮЖНО-КУРИЛЬСК"
DN: C=RU, S=Сахалинская область, STREET="УЛ. НАБЕРЕЖНАЯ, Д.20", L=ПГТ ЮЖНО-КУРИЛЬСК, T=ДИРЕКТОР, O=" МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ ПГТ.ЮЖНО-КУРИЛЬСК""", ОГРН=1026501203453, СНИЛС=07145336751, ИНН ЮЛ=6518006891, ИНН=651800027001, E=ykbuh2009@mail.ru, G=АЛЬВИНА НИКОЛАЕВНА, SN=ДАРИНСКАЯ, CN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ ПГТ.ЮЖНО-КУРИЛЬСК"""
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: п.г.т. Южно-Курильск ул. Набережная д. 20
Дата: 2023-10-03 15:32:01
Foxit Reader Версия: 9.7.2