

**Аннотация к программе  
«Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа «Общефизическая подготовка. ОФП»**

**Направленность:** физкультурно-спортивная

**Продолжительность реализации:** 2 года

**Возраст обучающихся по программе:** 11 – 15 лет. Классы: 5-9 классы

**Занятия проводятся** 3 раза в неделю.

**Цель программы:** укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и работоспособности, воспитание гармонично развитого человека. Систематические занятия физической культурой и спортом расширяют границы функциональных возможностей организма человека.

**Новизна программы** заключается в том, что школа определяет комплексность решения образовательных и воспитательных задач при ее реализации.

**Актуальность:** школа как социальный институт стремится реализовать все имеющиеся возможности для достижения основной цели современного образования - развития физически, нравственно здоровой личности, ее гражданского потенциала.

**Педагогическая целесообразность:** заключается в приобщении обучающихся к систематическим занятиям физической культурой, формировании внутренних мотивов физического совершенствования, при подборе средств и методов практических занятий руководитель имеет в виду, что каждое занятие должно быть интересным и увлекательным, поэтому использует для этой цели комплексные занятия, в содержание включаются упражнения из разных видов спорта (лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры или подвижные игры и т.д.).

**Отличительная особенность программы.** Задания по программе построены на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

**Ожидаемые результаты от реализации программы:** сохранение здоровья, формирование грамотности в вопросах культуры здоровья, практического воплощения потребности вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье.

**Требуется ли допуск врача:** обязательно.

**Материальная база:** малый зал; спортивный зал; компьютер; планшет для теоретического обучения; спортивные снаряды.

Руководитель: Чернов Алексей Викторович