Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Здоровье в движении »

педагог дополнительного образования Белоусова Е.В.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Здоровье в движении »** физкультурной направленности. Она рассчитана на детей в возрасте 8-17 лет и направлена на совершенствование конкретных двигательных действий, развитие двигательных способностей, формирование умений самостоятельно тренироваться и осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Программа модифицированная. Уровень программы - углубленный.

Форма обучения – очная.

Объем программы – 144/72 часа**.**

Срок реализации образовательной программы 2-года обучения.

1 год обучения - 72 часа в год.

2 год обучения - 72 часа в год.

Уровень реализации программы - базовый

Цель программы: приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков.

3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.

4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области различных видов спорта, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.

Ожидаемый результат : К концу реализации программы дети должны иметь навыки:

- выполнять различные упражнения повышенной сложности, требующие проявления волевых качеств;
- анализировать, индивидуальные особенности в технике выполнения приемов в спортивных играх

Овладеют:

- знаниями и навыками обеспечения физического совершенства, высокого уровня здоровья и работоспособности человека для подготовки его к любой общественно полезной деятельности;
- основными требованиями к тактике и технике спортивных игр;
- основами методического обучения и тренировки спортсмена;