

Аннотация

к программе внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка»

Программа внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка» разработана для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, предусмотренной рабочей программой воспитания обучающихся на ступени начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования.

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической. При этом большое внимание уделяется упражнениям общей физической подготовки обучающихся и тактико-техническим действиям в освоении спортивных игр. Программа «Общая физическая подготовка» предусматривает связь теории с практикой, целенаправленность и последовательность деятельности (от простого к сложному), формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка.

Программа «Общая физическая подготовка» предназначена для обучающихся 1-11-х классов (1 час в неделю).