

**АННОТАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ПРОГРАММ
физкультурно-спортивной направленности**

1.	<p style="text-align: center;">Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Общая физическая подготовка»</p> <p>Возраст детей, на которых рассчитана программа-12-18 лет. Срок реализации-1 учебный год.</p> <p>Цель программы: привлечение подростков к самовоспитанию и саморазвитию посредством занятий атлетической гимнастикой.</p> <p>В процессе реализации программы решаются следующие задачи:</p> <p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none">• изучение истории атлетической гимнастики;• изучение правил спортивной гигиены питания и закаливания;• научить составлению комплексов упражнений для направленного развития определенных групп мышц. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none">• развитие общей физической подготовленности;• развитие двигательных качеств: силы, выносливости, координации, гибкости;• формирование правильной осанки, пропорционального телосложения, увеличение силовых показателей и мышечного объема. <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none">• воспитание воли, настойчивости и целеустремленности;• воспитание трудолюбия и дисциплины;• формирование здорового образа жизни, укрепления здоровья;• воспитание умения работать в коллективе, общаться с ровесниками.
2.	<p style="text-align: center;">Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол».</p> <p>Возраст детей, на которых рассчитана программа- 11-16 лет. Срок реализации – 1 учебный год.</p> <p>Цель: всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры школьника, воспитание позитивного отношения к занятиям мини-футболом, создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей, формирование чувства ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей.</p> <p>Для достижения цели решается ряд задач:</p> <p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none">- овладение детьми определенными знаниями, умениями для всестороннего развития;- расширение индивидуального двигательного опыта;- развитие таких качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, гибкость;- уметь осознанно применять полученные навыки в спортивных мероприятиях и в повседневной жизни. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none">- гармоничному развитию личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и двигательного сохранения собственного здоровья;- оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха- дальнейшее совершенствование всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием силы, быстроты, общей и специальной выносливости;- укрепление здоровья. <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none">- направлены на развитие умственных, духовных и физических способностей детей

в их самом полном объеме;

- развитие нравственно-волевых качеств;

- поощрение двигательного творчества и разнообразной игровой деятельности;

- поддержка творческой самостоятельности;

- развитие положительных эмоций и дружелюбия;

- умения общаться со сверстниками и соперничать;

- Развивать интерес к различным видам спорта, к событиям в спорте в нашей стране и за рубежом;

- развитие у учащихся интереса к занятиям физической культуры.